Первые блюда

Марина Куропаткина

SHOUT
SHARE
IT

Annotation

- Марина Куропаткина Первые блюда
- Введение
- МЯСНЫЕ СУПЫ
- Первые блюда из говядины
-
- Первые блюда из баранины
- Первые блюда из свинины
- Первые блюда из птицы
-
- Первые блюда из субпродуктов
- Первые блюда из готовых мясных изделий
- РЫБНЫЕ СУПЫ
-
- ОВОЩНЫЕ, ГРИБНЫЕ И ФРУКТОВО-ЯГОДНЫЕ СУПЫ
-
-
-
-
- МОЛОЧНЫЕ И СЛАДКИЕ СУПЫ
- ПЕРВЫЕ БЛЮДА НАРОДОВ МИРА
- Индийская кухня
- Арабская кухня
- Узбекская кухня
- Азербайджанская кухня
- Казахская кухня
- Киргизская кухня
- Таджикская кухня
- Туркменская кухня
- Монгольская кухня
- Китайская кухня
- Корейская кухня
- Японская кухня
- Итальянская кухня
- Ирландская кухня
- Молдавская кухня
- Украинская кухня
- Французская кухня
-
- Русская кухня
- Белорусская кухня

- Ямайская кухня
- Индонезийская кухня

Марина Куропаткина Первые блюда

Введение

Искусство кулинарии своими корнями уходит в те времена, когда первобытный человек впервые попытался как-то улучшить вкус потребляемой им пищи. В течение веков, по мере роста и совершенствования способностей кулинаров, рецепты приготовления отдельных блюд множились и претерпевали значительные изменения.

На развитие поварского дела оказали большое влияние факторы, связанные с географическим расположением стран, культурой и традициями людей, их населяющих. По мере исчезновения барьеров между различными народностями кулинары многих национальностей получали возможность совершенствовать свое умение и обмениваться опытом.

Следует отметить, что в настоящее время границы между кухнями разных стран стали в значительной мере более размытыми. Тем не менее, описывая способ приготовления какого-либо блюда, мы все же условно определяем его как принадлежащее к французской, корейской, австралийской или какой-нибудь другой кухне.

Среди всех блюд, над созданием которых трудятся тысячи мастеров и кулинаров-любителей, выделяются те, что обязательно должны присутствовать в ежедневном меню любого человека. Это первые блюда, которые очень вкусны, а также способствуют улучшению работы желудка и других органов пищеварения.

В России особой популярностью пользуются первые блюда, для приготовления которых не требуется большого количества ингредиентов. Среди них на первом месте находятся различного рода щи, рассольники, борщи, уха, овощные и молочные супы.

Бульоны, на основе которых варятся первые блюда, можно готовить из всех видов мяса, рыбы, овощей и грибов. При варке бульона необходимо снимать пену и образующийся жир, так как, разлагаясь, он придает блюду неприятный сальный привкус. Чтобы суп приобрел золотистый оттенок и приятный аромат, при варке бульона в него нужно добавить морковь, лук и корни петрушки или сельдерея.

Также в качестве жидкой основы можно использовать молоко, квас, фруктовые и крупяные отвары. Фруктово-ягодные отвары готовят из сушеных, консервированных или свежих ягод и фруктов.

Известно несколько основных разновидностей супов: прозрачные, заправочные и супы-пюре.

Очень часто при варке супов кулинары добавляют различные крупы и макаронные изделия, чтобы повысить калорийность блюда.

Особый вкус и вызывающий аппетит аромат супам придают приправы и специи. Петрушка, укроп, розмарин, базилик и множество других трав украшают первые блюда и витаминизируют их в не меньшей степени, чем свежие овощи. Пряности, богатые экстрактивными веществами, также относятся к компонентам, повышающим вкусовые качества супов.

Выбор рецепта для приготовления первого блюда зависит от множества причин: индивидуальных вкусовых пристрастий, времени года, имеющихся в продаже продуктов.

Все предлагаемые рецепты первых блюд рассчитаны на 5 порций.

МЯСНЫЕ СУПЫ

Первые блюда бывают как горячими, так и холодными. Традиционно сложилось так, что в русской кухне предпочтение отдается именно горячим супам, которые, в свою очередь, делятся на 3 группы: заправочные (щи, борщи, рассольники, овощные, картофельные супы, супы с макаронными изделиями, крупяные и т. д.), прозрачные и супы-пюре. Все заправочные супы готовятся на бульоне.

Бульоны бывают мясными, костными и мясокостными. Готовый бульон обычно тщательно процеживается и доводится до кипения. Только после этого в него добавляются овощные ингредиенты (картофель, морковь, зелень, капуста), макаронные изделия или крупы (рис, перловая крупа и т. д.).

Некоторые повара готовят концентрированные бульоны, основное достоинство которых в том, что они могут долгое время храниться в холодильнике, не теряя при этом питательных качеств.

Для придания блюду необходимой остроты и желаемого вкуса в него можно добавить некоторое количество мясопродуктов (колбасные изделия, копченое или вяленое мясо).

Внешний вид и вкусовые достоинства супа зависят не только от компонентов, используемых для его приготовления, но и от времени их варки. Увеличение этого показателя уменьшит питательную ценность продуктов и превратит блюдо в кашеобразную массу.

Заправочные супы, для приготовления которых используются различные крупы и макаронные изделия, в процессе остывания и последующего хранения быстро теряют свои вкусовые достоинства и полезные качества. Поэтому готовить их следует в ограниченном количестве, а съедать как можно быстрее.

Если в число ингредиентов, используемых для приготовления первого блюда, входят соленые, маринованные, квашеные или содержащие кислоту продукты, их следует класть в бульон только после того, как картофель достигнет стадии полуготовности, так как кислоты препятствуют его развариваемости.

Улучшения вкуса первого блюда можно добиться, добавив в бульон специи (гвоздика, душистый перец, лавровый лист). Чеснок рекомендуется класть в уже готовый суп. Подвергать чеснок перед этим термической обработке не следует. Куриный бульон нужно солить за 10 минут до готовности, а говяжий и свиной – за 20 минут.

Готовая пища должна быть не только вкусной и питательной,

но и красивой. Для украшения первого блюда можно использовать только те продукты, которые по вкусу хорошо гармонируют с теми, что входят в его состав. Очень часто в супы добавляются сметана и мелко нарезанная зелень (петрушка, укроп, лук).

Первые блюда из говядины

Белый бульон из говядины

21/2 л воды, 150 г говяжьих костей, 3 луковицы, 3 корня петрушки, 2 моркови, зелень петрушки, 1 лавровый лист, 2 г майорана, соль.

Налить в кастрюлю половину порции воды, положить туда кости, довести до кипения, снять пену, добавить лук, морковь, петрушку, лавровый лист, майоран и соль. Влить оставшуюся воду, снова довести до кипения, закрыть крышкой и варить на медленном огне в течение 3 часов.

Готовый бульон процедить, остудить, снять с поверхности жир и снова прокипятить.

Бульон «Пикантный»

2 л воды, 100 г говяжьих костей, 4 луковицы, 3 моркови, 4 корня петрушки, 1 лавровый лист, 2 г майорана, 1 стакан сливок, 100 г измельченного сухого бородинского хлеба, зелень петрушки, соль по вкусу.

Налить в кастрюлю половину порции воды и положить туда говяжьи кости. Довести бульон до кипения и снять пену. Добавить нарезанные лук, морковь, корни петрушки, лавровый лист, майоран и соль. Влить вторую порцию воды и снова довести до кипения. Затем закрыть бульон крышкой и варить на медленном огне в течение 2,5 часа. Добавить сливки и варить еще 30 минут.

Готовый бульон процедить, остудить, снять с поверхности жир, опять прокипятить. Разлить по тарелкам, украсить измельченным хлебом и рубленой зеленью.

Бульон мясной с пудингом из ветчины и зелени

500 г говядины (с костью), 1 столовая ложка сливочного масла, 60 г ветчины, зеленый лук, шпинат, петрушка (зелень), 1 небольшая морковь, корень петрушки, 1 яйцо, 2 столовые ложки молока, 100 г сыра.

Из мяса, моркови, корня петрушки и лука приготовить бульон. Нежирную ветчину мелко нарубить или пропустить через мясорубку. Зеленый лук и шпинат нашинковать, вместе с ветчиной слегка обжарить на масле и сложить в формочку, смазанную маслом, затем залить яйцом, смешанным с молоком, сверху посыпать тертым сыром, сбрызнуть растопленным маслом и запечь в духовке.

Перед подачей к столу положить пудинг в тарелку, разрезать на несколько частей и залить бульоном. Украсить блюдо тертым сыром и рубленой зеленью.

Бульон с сырными лепешками

1 л говяжьего бульона (можно из кубиков).

Для лепешек: 4 яичных белка, 200 г тертого сыра, 2 столовые ложки муки, жир, зелень и соль по вкусу.

Взбить миксером белки, добавить соль. Замесить тесто из муки, белков, тертого сыра, мелко нарезанной зелени и раскатать лепешки. Разогреть сковороду, растопить жир и обжарить лепешки с двух сторон.

Разлить по чашкам бульон и подать к нему горячие лепешки.

Бульон с галушками из сухарей

11/2 л бульона, 2 яйца, 2 стакана молотых сухарей, 3 столовые ложки сливочного масла, 2 столовые ложки сахара, 1 стакан молока, соль.

Яйца растереть с сахаром, добавить 11/2 стакана молотых сухарей, молоко, растопленное сливочное масло, соль. Вымесить тесто и дать ему постоять до полного набухания 20 минут.

Выложить тесто на посыпанный сухарями стол, скатать в форме тонкой колбаски и разрезать на галушки. Варить в подсоленной воде.

При подаче к столу залить бульоном и посыпать поджаренными молотыми сухарями.

Картофельные клецки в говяжьем бульоне

21/2 л бульона, зелень, 8 клубней картофеля, 1 стакан муки, 300 г мясного фарша, соль и перец по вкусу.

Очистить картофель, промыть и натереть на терке. Картофельную массу положить на сито, чтобы стекла вся жидкость. Через 10—15 минут добавить в картофель муку, соль, перец и все перемешать. Из сделанной массы вылепить клецки, кладя внутрь каждой мясной фарш. Варятся клецки, как и пельмени, в бульоне или подсоленной воде.

К столу картофельные клецки подавать в бульоне, посыпав рубленой зеленью.

Похлебка с пшеном и помидорами

3 л говяжьего бульона, 1 – 2 луковицы, 60 г масла или маргарина, 1/2 стакана пшена, 1 – 2 моркови, 5 – 6 небольших клубней картофеля, 2 – 3 помидора, сметана, зелень и соль.

Измельчить лук и, положив его в глубокую сковороду с растопленным маслом или маргарином, поставить жарить. Когда лук начнет приобретать золотистый оттенок, добавить к нему предварительно очищенные от кожицы и нарезанные помидоры и морковь, после чего накрыть сковороду крышкой и тушить на медленном огне в течение 10 минут.

Пока овощи тушатся, налить в кастрюлю 3 л мясного бульона, добавить соль и, поставив на огонь, довести до кипения. Нарезать соломкой картофель, промыть пшено и положить в

кипящий бульон.

За 5 минут до готовности переложить тушеные овощи из сковороды в кастрюлю. Перед подачей к столу положить в похлебку рубленую зелень, сметану.

Суп-гуляш с перцем

3 сладких перца (желательно разного цвета), 2 банки говяжьего супа-гуляша, 300 г фарша из говядины, 4 столовые ложки маргарина, 6 кусочков хлеба, соль.

В 3 столовых ложках маргарина обжарить фарш. Сладкий перец нарезать кусочками и добавить в фарш, тушить 10 минут, посолить. Добавить суп-гуляш и варить 5 минут.

Кусочки хлеба обжарить на маргарине до хрустящей корочки, посыпать ими готовый суп.

Свекольный суп-пюре

1/2 л говяжьего бульона, 1 кг вареной свеклы, 2 столовые ложки сливочного масла, 1 столовая ложка уксуса, 3 – 4 столовые ложки сметаны, 1 – 11/2 столовая ложка муки, зелень, сахар, соль.

Свеклу натереть на крупной терке, положить в кастрюлю, добавить 5 – 6 столовых ложек бульона (или горячей воды), сливочное масло, довести до кипения.

Затем свеклу протереть через сито, влить бульон, добавить поджаренную на сливочном масле муку, сахар, уксус и соль, прокипятить.

Готовое блюдо подавать со сметаной и рубленой зеленью.

Суп с рисом и зеленым горошком

11/2 л говяжьего бульона (можно использовать бульонные кубики), 4 сосиски, 1/2 стакана риса, 1 стакан зеленого консервированного горошка, корни сельдерея и петрушки, зелень, соль по вкусу.

Подогреть бульон. Рис и коренья промыть и положить в кастрюлю с бульоном. Сосиски нарезать кружочками. Когда рис станет мягким, добавить консервированный зеленый горошек, сосиски и соль.

Подавая суп к столу, заправить его измельченной зеленью.

Суп-гуляш «Болгарский ветер»

3 л мясного бульона, 4 болгарских перца, 1 стручок острого зеленого перца, 2 помидора, 300 г фарша, 2 банки говяжьего супа-гуляша, 6 кусочков белого хлеба, 4 столовые ложки маргарина, зелень, 3 – 4 столовые ложки сметаны, соль.

Взять глубокую сковороду, растопить в ней 3 столовые ложки маргарина и хорошо обжарить фарш.

Болгарский перец, стручок острого зеленого перца, помидоры нарезать и добавить в фарш. Посолить и тушить 10 минут, а

потом положить в заранее приготовленный суп-гуляш и варить 5 – 10 минут.

Обрезать корочки у кусочков хлеба и обжарить их в маргарине до золотистого цвета. Готовый суп подавать горячим, заправленным сметаной и посыпанным сверху обжаренным хлебом и рубленой зеленью.

Сырно-луковый суп

500 мл говяжьего бульона, 7 луковиц, 200 г колбасы, 1/3 стакана белого вина, белый хлеб, 1 столовая ложка сливочного масла, 1 столовая ложка топленого масла, сыр, зелень петрушки и укропа, соль и перец по вкусу.

5 луковиц очистить и нарезать кольцами, остальные 2 луковицы нашинковать и поставить пассероваться в сливочном масле на медленном огне под закрытой крышкой.

Нарезанный кольцами лук слегка обжарить в 1 столовой ложке топленого масла, постоянно помешивая. Переложить его в кастрюлю с бульоном, добавить нарезанную кубиками колбасу, пассерованный лук, белое вино, соль, перец и варить до готовности.

Сыр натереть на крупной терке.

Белый хлеб нарезать соломкой и поджарить на сливочном масле.

Суп вылить в огнеупорную посуду, сверху положить поджаренный хлеб и посыпать тертым сыром.

Поместить кастрюлю с супом в заранее разогретую духовку и держать там до тех пор, пока сыр не расплавится.

Перед подачей суп посыпать нарезанной зеленью петрушки и укропа.

Суп «Аппетитный»

2 л воды или бульона, 300 г ветчины, 1 стакан риса, 1/2 стакана консервированной фасоли, 1/2 стакана консервированной кукурузы, 1 луковица, 1 столовая ложка маргарина, зелень, соль по вкусу.

Вскипятить воду или подогреть бульон.

Лук очистить, нарезать кольцами и слегка обжарить на маргарине. Ветчину нарезать кубиками и добавить к луку. Зелень мелко нарубить.

Рис промыть и положить в кастрюлю. Когда рис станет мягким, добавить в суп консервированную кукурузу и фасоль, пассерованный лук с ветчиной и посолить.

Украсить готовый суп зеленью.

Суп «Витаминный»

1 л говяжьего бульона, 2 – 3 клубня картофеля, 1 морковь, 2 пучка щавеля, 2 небольшие луковицы или 300 г зеленого лука, 2

яйца, зелень петрушки, пряности, соль и перец по вкусу.

Мясной бульон поставить подогреваться.

Картофель и морковь почистить, нарезать кубиками и положить в бульон. Зеленый или репчатый лук нашинковать и поставить пассероваться.

После того как лук обжарится, положить его в кипящий мясной бульон. Затем добавить в суп листья щавеля, 1 яйцо и хорошенько перемешать, посолить, поперчить, положить пряности и варить еще 5 минут.

Второе яйцо сварить вкрутую и натереть на мелкой терке.

Суп подавать горячим. Сверху посыпать рубленой зеленью петрушки и натертым яйцом.

Суп «Овощной»

11/2 л говяжьего бульона, 2 луковицы, 2 клубня картофеля, 2 моркови, 100 г капусты, 4 стебля лука-порея, 100 г зеленого горошка, 1 стакан риса, 1 столовая ложка муки, 2 столовые ложки растительного масла, соль и перец по вкусу.

Лук и картофель почистить и нарезать большими кусками.

В скороварку влить 6 стаканов воды и положить нарезанные лук и картофель. Варить 5 – 7 минут. Перемешать миксером и сцедить воду.

Рис промыть и сварить.

Лук-порей, морковь и капусту нашинковать и обжарить в масле. Добавить к ним зеленый горошек, сваренный рис и тушить 5 минут. Потом к ним же добавить бульон и муку, замешанную в небольшом количестве воды, кипятить, пока овощи не сварятся. Посолить и поперчить.

Подавать суп горячим.

Белые щи

1/2 л говяжьего бульона, 1 кг картофеля, 1 кг квашеной капусты, 4 луковицы, 6 сосисок, 3 лавровых листа, 2 столовые ложки растительного масла, 2 столовые ложки белого вина, черный молотый перец, соль и сахар по вкусу.

Картофель и лук очистить и нарезать. Сосиски нарезать кружочками.

Обжарить лук и сосиски на растительном масле, выключить огонь, добавить к ним картофель, квашеную капусту, лавровый лист и все перемешать. Полученную смесь выложить в кастрюлю, добавить бульон и вино. Варить 15 минут на слабом огне. По вкусу добавить сахар, перец и соль.

Подавать к столу в горячем виде с гренками.

Суп-пюре «Изысканный»

2 – 3 стакана говяжьего бульона, 2 клубня картофеля, 1 небольшая тыква, 4 луковицы, 1 стакан сухого вина, 2 стакана

сливок, 3 столовые ложки крупного изюма, 4 столовые ложки растительного масла, 2 столовые ложки сахара, 1 столовая ложка измельченного миндального ореха, 1 зубчик чеснока, 2 столовые ложки измельченной зелени петрушки, 2 стебля лука-порея, имбирный корень, перец, соль.

Тыкву и картофель очистить и нарезать кубиками. Изюм промыть и обдать кипятком. Лук, чеснок и имбирный корень измельчить. Все овощи жарить в растительном масле 10 минут.

В заранее приготовленный бульон влить вино, высыпать половину порции изюма, добавить обжаренные овощи, сахар, соль и варить 25—30 минут.

Полученную массу протереть через сито, добавить сливки, оставшийся изюм, перец и довести до кипения. Лук-порей нашинковать, обжарить в масле и добавить вместе с измельченной петрушкой и миндальным орехом в суп.

Подавать суп с белым хлебом или с чесночными гренками.

Суп из чечевицы

11/2 л говяжьего бульона, 100 г ветчины, 1 стакан консервированной чечевицы, 1 луковица, 1 помидор, 1 столовая ложка сливочного масла, зелень петрушки, соль, перец.

Лук почистить, нарезать полукольцами, так же нарезать помидор, выложить все в кастрюлю и тушить в течение 3 – 5 минут на сливочном масле.

Затем влить в кастрюлю бульон, добавить чечевицу, посолить, поперчить и варить на сильном огне. Как только бульон закипит, добавить туда нарезанную небольшими кубиками ветчину, закрыть кастрюлю крышкой, убавить огонь и варить еще 15—20 минут.

Перед подачей к столу добавить в суп мелко нарезанную зелень петрушки.

Суп «Детский»

2 л белого бульона из говядины, 2 клубня картофеля, 1 стакан вермишели, 200 г колбасы, 1 стакан зеленого горошка, 1 луковица, сливки, соль по вкусу.

Картофель и лук очистить, нарезать кубиками и положить в кастрюлю с мясным бульоном. Высыпать туда зеленый горошек и вермишель. Поставить кастрюлю на огонь и варить в течение 15 минут.

Колбасу нарезать соломкой и добавить в суп.

Суп посолить, закрыть крышкой и варить до готовности.

Подавать суп горячим со сливками.

Суп «Острый»

200 г говяжьей грудинки, 1 столовая ложка пшена, 1 столовая ложка томатной пасты, 1 столовая ложка сливочного масла, 1

луковица, 1 морковь, 2 штуки сушеного чернослива, 2 зубчика чеснока, 1 красный болгарский перец, 2 столовые ложки очищенных кедровых орехов, зелень петрушки и кинзы, 4 стакана воды, красный молотый перец, соль по вкусу.

Мясо нарезать небольшими кусочками, положить в кастрюлю, залить водой и поставить на огонь. Орехи измельчить.

Лук, морковь, болгарский перец, чеснок мелко нарубить, добавить к ним сливочное масло, томатную пасту и растереть до однородной массы. Полученную смесь нагревать в отдельной посуде в течение 3 – 6 минут, затем переложить ее в кастрюлю с мясом.

Пшено, чернослив промыть и добавить в суп.

Долить в суп воду, всыпать измельченные орехи, посолить, поперчить и закрыть кастрюлю крышкой. Суп варить на среднем огне, постоянно помешивая. Подавать к столу вместе с рубленой зеленью петрушки и кинзы.

Суп овощной с орешками

600 г картофеля, 2 сладких перца, 2 стакана говяжьего бульона, 50 г бекона, 2 луковицы, 2 столовые ложки жира, 3 столовые ложки сметаны, 50 г очищенных лесных орехов, тмин, черный и красный молотый перец, соль, рубленая зелень.

Бекон нарезать соломкой и обжарить в жире. Орехи измельчить.

Картофель, лук и болгарский перец очистить и нарезать. Потом переложить в сковороду, где жарился бекон, посолить, поперчить, добавить тмин и обжарить. Затем залить бульоном и варить в закрытой посуде в течение 20 минут.

Подавая суп к столу, его надо заправить сметаной, посыпать мелко нарезанной зеленью и орехами.

Суп «Весенний»

1 л говяжьего бульона, 2 луковицы, 2 клубня картофеля, 4 стебля лука-порея, 2 моркови, 100 г цветной капусты, 100 г зеленого горошка, 4 – 5 штук бобов, 1 столовая ложка муки, 2 столовые ложки растительного масла, соль и перец по вкусу.

Лук и картофель нарезать большими кусками. Положить в скороварку, добавить 6 стаканов воды и варить 5 – 7 минут. Перемешать миксером и сцедить жидкость. Лук-порей, морковь и цветную капусту мелко нарезать.

В масле обжаривать лук, морковь, цветную капусту, зеленый горошек и бобы в течение 5 минут. Добавить бульон и муку, смешанную с небольшим количеством воды, и кипятить, пока овощи не сварятся. Посолить и поперчить.

Подавать суп горячим.

Суп с картофелем и капустой

1 кг картофеля, 1 кг квашеной капусты, 2 луковицы, 150 г сала с прожилками, 1/2 л говяжьего бульона (можно использовать бульонные кубики), 3 лавровых листа, 2 столовые ложки растительного масла, черный молотый перец, соль и сахар по вкусу.

Очищенный картофель, лук и сало нарезать небольшими кубиками. Разогреть растительное масло и обжарить сначала лук, затем сало. Лук и сало соединить с капустой и перемешать с картофелем и лавровым листом. Полученную смесь выложить в кастрюлю, налить бульон и варить 15 минут на несильном огне. По вкусу добавить сахар, перец и соль.

Подавать к столу в горячем виде.

Суп-пюре из кабачков

2 небольших кабачка, 2 – 3 стакана говяжьего бульона, 1 стакан сухого вина, 11/2 стакана сливок, 2 луковицы, 1 зубчик чеснока, имбирный корень, 4 столовые ложки растительного масла, 2 столовые ложки сахара, 2 столовые ложки измельченной петрушки, 2 стебля лука-порея, перец, соль.

Мякоть кабачков и имбирный корень нарезать кубиками, лук и чеснок измельчить. Все овощи жарить в растительном масле 10 минут. Затем переложить в кастрюлю с бульоном, влить вино, налить сахар и варить 25—30 минут. Из полученной массы сделать пюре, добавить сливки, довести до кипения, положить перец и соль. Лук-порей измельчить, обжарить в масле и добавить вместе с петрушкой в суп.

Гороховый суп с ветчиной

100 г говяжьей ветчины, 1 помидор, 1 стакан консервированного зеленого горошка, 1 луковица, 3 стакана мясного бульона, 1 столовая ложка сливочного масла, соль, перец, зелень петрушки.

Лук нарезать, выложить в кастрюлю, добавить сливочное масло и тушить в течение 3 – 5 минут. Затем влить в кастрюлю бульон, положить горошек, посолить, поперчить и варить на сильном огне. Как только бульон закипит, добавить нарезанную небольшими кубиками ветчину, закрыть кастрюлю крышкой, убавить огонь и варить еще 15—20 минут.

Перед подачей к столу добавить в суп мелко нарезанную зелень петрушки.

Суп с картофелем и колбасой

2 – 3 клубня картофеля, 1 стакан зеленого горошка, 1 луковица, 200 г вареной говяжьей колбасы, 2 стакана мясного бульона, 1 стакан воды, соль, черный молотый перец по вкусу.

Картофель и лук нарезать кубиками и положить в емкость с водой вместе с зеленым горошком. Поставить кастрюлю с

овощами на огонь и варить в течение 15 минут, периодически подливая мясной бульон. Затем добавить нарезанную соломкой колбасу, поперчить, посолить, закрыть кастрюлю крышкой и варить суп до готовности.

Суп-харчо

200 г говяжьей грудинки, 1 столовая ложка риса, 1 столовая ложка сливочного масла, 1 столовая ложка томатной пасты, 2 штуки сушеного чернослива, 1 луковица, 2 зубчика чеснока, зелень петрушки и кинзы, 1 красный болгарский перец, 4 стакана воды, 1 чайная ложка хмели-сунели, красный молотый перец, соль по вкусу.

Мясо нарезать небольшими кусочками, положить в кастрюлю, залить водой и поставить на огонь. Лук, чеснок и зелень мелко нарубить, смешать с маслом, томатной пастой и чайной ложкой хмели-сунели. Полученную смесь греть в отдельной посуде в течение 3 – 6 минут, затем переложить ее в кастрюлю с мясом, добавить рис, чернослив, долить воду, посолить, поперчить и закрыть кастрюлю крышкой. Помешивая, варить суп на среднем огне до готовности.

Подавать к столу вместе с зеленью петрушки и кинзы.

Борщ

2 л воды, 300 г говяжьего мяса, 300 г свеклы, 300 г моркови, 1/2 кг картофеля, 2 луковицы, 1 кг капусты, 2 столовые ложки томатной пасты, 1/2 стакана красного вина, 2 столовые ложки растительного масла, 50 г свежего чернослива, специи, рубленая зелень, сметана по вкусу.

Говядину очистить от пленок, нарезать небольшими кусками и опустить в кипящую воду. Варить до готовности на медленном огне.

Бульон процедить, охладить, мясо мелко нарезать. Свеклу очистить, нарезать крупными кусками, сварить в отдельной кастрюле, извлечь из отвара, охладить и нашинковать. Морковь, капусту, картофельные клубни отварить, очистить, нарезать тонкой соломкой и опустить в бульон. Лук измельчить и пассеровать в растительном масле вместе с томатной пастой. Чернослив помыть и освободить от косточек.

Все продукты соединить в глубокой посуде и залить бульоном. Положить соль и специи. Все тщательно перемешать.

В готовый борщ добавить вино, сметану и зелень. Подавать горячим.

Борщ холодный мясной

2 л воды, 200 г говядины, 1 небольшая свекла, 2 моркови, 1 пучок зеленого лука, 2 огурца, 1/2 стакана сметаны, столовый уксус, зелень, сахар, соль по вкусу.

Нежирную говядину очистить от пленок, нарезать большими

кусками, опустить в кипящую воду (1 л) и варить на медленном огне до мягкости. Бульон охладить, удалить застывший жир и процедить, мясо нарезать кубиками. Молодую столовую свеклу сварить в отдельной кастрюле, отвар процедить и охладить. Морковь сварить, нарезать вместе с огурцами тонкой соломкой, лук измельчить.

Все подготовленные продукты соединить в глубокой посуде, залить свекольным отваром и бульоном, добавить сахар, соль, уксус, аккуратно перемешать и охладить.

Перед подачей к столу в каждую порцию борща добавить сметану и рубленую зелень.

Борщ «Классический»

2 л воды, 500 г говядины, 300 г свеклы, 300 г моркови, 1/2 кг картофеля, 2 луковицы, 1 кг капусты, 2 столовые ложки томатной пасты, 2 столовые ложки растительного масла, зелень, чернослив, специи, сметана по вкусу.

Сварить бульон из нарезанной небольшими кусочками говядины.

Картофель очистить и нарезать крупными кусками. Свеклу, капусту нарезать соломкой. Лук, морковь нашинковать, добавить томатную пасту и обжарить в растительном масле. Все это положить в бульон, добавить специи, мелко нарубленный чернослив и прокипятить 10 минут.

Подавать борщ горячим, заправленным сметаной и посыпанным рубленой зеленью.

Борщ «Московский»

200 г говядины, 1 небольшая свекла, 1 луковица, 2 моркови, 5 – 6 клубней картофеля, 2 – 3 соленых огурца, 1 пучок зеленого лука, 1/2 стакана сметаны, столовый уксус, зелень, сахар, соль по вкусу.

Нежирную говядину очистить от пленок, нарезать большими кусками и положить в кипящую воду, варить на медленном огне до мягкости. Бульон охладить, удалить застывший жир и процедить.

Свеклу сварить в отдельной кастрюле, отвар процедить и охладить.

Морковь, репчатый лук, картофель, вареное мясо, соленые огурцы нарезать тонкой соломкой, добавить нарезанную соломкой вареную свеклу, сахар, соль, уксус и перемешать. Залить овощи бульоном и свекольным отваром и снова все аккуратно перемешать.

Перед подачей к столу в каждую порцию борща добавить сметану и рубленый зеленый лук.

Свекольник

11/2 л говяжьего бульона, 1 вареная свекла средней величины,

3 клубня картофеля, 1 морковь, 1 луковица, 2 столовые ложки растительного масла, 3 столовые ложки томатной пасты, 2 столовые ложки сметаны, тмин, зелень, соль и сахар по вкусу.

Картофель очистить и нарезать кубиками. Лук почистить, нашинковать и обжарить в растительном масле. Морковь натереть на крупной терке. Все овощи смешать, добавить тмин, соль, сахар, томатную пасту и залить горячим бульоном. Когда жидкость закипит, добавить мелко нарезанную свеклу.

Варить суп до готовности картофеля, примерно 5 – 7 минут.

Суп разлить по тарелкам, положить сметану и посыпать мелко нарезанной зеленью.

Свекольник с яблоками

11/2 л говяжьего бульона, 1 вареная свекла средней величины, 3 клубня картофеля, 2 столовые ложки жира, 1 морковь, 1 столовая ложка муки, 1 луковица, 1 яблоко, тмин, соль и сахар по вкусу, 2 столовые ложки томатной пасты, 4 столовые ложки сметаны.

Очистить картофель, вымыть, нарезать его кубиками. Положить в кастрюлю, добавить тмин, соль, сахар, лук, измельченный и обжаренный на жире, морковь, натертую на крупной терке, муку и томатную пасту. Все это залить горячим бульоном (можно из кубиков). Когда жидкость закипит, добавить мелко нарезанную свеклу и тертое свежее яблоко. Варить 10 минут.

В разлитый по тарелкам суп положить сметану.

Щи

2 л говяжьего бульона, 1/2 кочана капусты, 2 – 3 моркови, корень петрушки, 1 – 2 луковицы, небольшой кусочек копченого сала, лавровый лист, душистый перец, соль, зелень по вкусу.

Овощи, в том числе и коренья, нашинковать, сало нарезать маленькими кусочками и, положив все это в кастрюлю, тушить. Когда овощи будут готовы, залить их ранее приготовленным бульоном со специями, посолить и прокипятить. В конце приготовления добавить рубленую зелень.

Щи по-русски

2 л воды, 1/2 кочана капусты, 2 – 3 моркови, 1 – 2 луковицы, 400 г копченой грудинки, 200 г сала, корень петрушки, лавровый лист, душистый перец, зелень, соль по вкусу.

Сварить бульон из грудинки с мелко нарезанным луком и специями.

Морковь, капусту и корень петрушки нашинковать. Сало нарезать маленькими кусочками. Все это положить в кастрюлю и тушить.

Когда овощи будут готовы, залить их ранее приготовленным

бульоном со специями, посолить и варить 30—40 минут.

Украсить измельченной зеленью. Подавать с черным хлебом.

Пельмени «Современные»

2 л бульона, зелень.

Для теста: 1 яйцо, 11/2 стакана муки, 1/4 стакана воды, соль.

Для фарша: 300—400 г говядины, 1 – 2 луковицы, соль, перец.

Мясо пропустить через мясорубку, добавить лук и пропустить еще раз. Массу немного посолить, посыпать перцем.

Для приготовления теста смешать муку, яйцо и четверть стакана воды, также добавить соль. Замесить крутое тесто, раскатать его тонким слоем, фигурной выемкой вырезать кружки, положить на них небольшие шарики приготовленного фарша. Тщательно соединить края.

На 5 – 10 секунд опустить пельмени в горячую воду, а затем переложить их в бульон. Готовые пельмени выложить в глубокие тарелки, залить бульоном и посыпать мелко нарезанной зеленью.

Пельмени «Уральские» в бульоне

2 л бульона.

Для теста: 1 яйцо, 1/2 стакана воды, 2 стакана муки, соль по вкусу.

Для фарша: 180 г мякоти говядины, 180 г мякоти свинины, 120 г мякоти баранины, 50 г сливочного масла, 2 г мускатного ореха, 2 столовые ложки сливок, 2 луковицы, соль и перец по вкусу.

Для заправки: 4 зубчика чеснока, 3 столовые ложки уксуса, 1 столовая ложка растительного масла, соль и перец по вкусу.

Говядину, свинину и баранину два раза пропустить через мясорубку вместе с маслом и мускатным орехом. Фарш посолить, поперчить и хорошо перемешать, постепенно вливая сливки. Нашинковать лук, добавить его в фарш и снова хорошо перемешать.

На доску высыпать муку, сделать лунку, влить в нее яйцо, воду, посолить и замесить крутое тесто. Оставить его на 20—30 минут. Затем скатать валик и разрезать его поперек на небольшие куски. Раскатать их в виде кружков, на середину каждого положить 1 чайную ложку фарша.

Сложить каждый кружок пополам, края защипнуть. Сделанные таким образом пельмени выложить на противень, посыпанный мукой, и поставить на холод.

Варить пельмени в течение 10—15 минут, подать к столу, предварительно залив бульоном и заправив тертым чесноком, смешанным с растительным маслом, уксусом, солью и перцем.

Пельмени «Российские» с бульоном

2 л бульона, зелень.

Для теста: 300 г муки, 1 яйцо, вода, соль.

Для фарша: 500 г говядины, 1 луковица, соль, сахар, перец.

Для заправки: 150 г сметаны, 40 г сливочного масла, 90 г сыра.

Говядину, очищенную от сухожилий и пленок, пропустить через мясорубку, добавить измельченный лук, соль, сахар, перец и тщательно перемешать.

В муку влить теплую воду, добавить яйцо, соль и замесить тесто. Выдержав его полчаса, раскатать пласт толщиной 2 мм; край пласта шириной 5 – 6 см смазать смесью из яиц и воды, вдоль полосы расположить в ряд шарики из фарша на расстоянии 3 – 4 см один от другого, накрыть их краем теста и вырезать пельмени формочкой. Положить их на лотки, посыпанные мукой. Отваривать пельмени в подсоленной воде в течение 5 – 7 минут.

Сваренные пельмени переложить в глубокое блюдо, залить бульоном, заправить сметаной, тертым сыром и посыпать рубленой зеленью.

Пельмени «Екатеринбургские» в бульоне

3 л бульона, зелень.

Для теста: 2 стакана муки, соль, 1 яйцо, вода.

Для фарша: по 150 г говядины и свинины, 50 г сливочного масла, 2 столовые ложки сливок, 1 луковица, 2 г мускатного ореха, соль, черный молотый перец.

Для заправки: 3 зубчика чеснока, 2 столовые ложки сливочного масла, 3 столовые ложки уксуса, соль, черный молотый перец.

Муку просеять, насыпать горкой, влить воду с солью, половину яйца, замесить крутое тесто, оставить на 20—30 минут, прикрыв холщовой салфеткой.

Говядину и свинину дважды пропустить через мясорубку вместе с маслом и мускатным орехом, посолить, поперчить, перемешать. Постепенно влить в фарш сливки, добавить нашинкованный лук и все тщательно перемешать.

Тесто скатать в виде жгута, нарезать кусочками, из которых сделать тонкие кружочки, сверху положить по 1 чайной ложке мясного фарша, края плотно соединить. Взбить оставшуюся часть яйца, смазать им готовые пельмени, положить их на противень, посыпанный мукой, и поставить на холод.

Варить пельмени в течение 10—15 минут. Подать, залив бульоном и приправив тертым чесноком, смешанным со сливочным маслом, уксусом, солью, перцем.

Пельмени «Дальневосточные» в бульоне

11/2 л бульона, зелень.

Для теста: мука высшего сорта, соль, 1 яйцо, вода.

Для фарша: 100 г говядины, 150 г свинины, 2 луковицы, 3 дольки чеснока, специи.

Для соуса: 100 г печени, 2 столовые ложки растительного масла, 1 луковица, 3 столовые ложки муки, 3 столовые ложки томатной пасты, 1/2 стакана сметаны, 4 столовые ложки острого томатного соуса.

Сделать пресное тесто, затем приготовить фарш из говядины и свинины с добавлением лука, чеснока и специй.

Для соуса печень нарезать кусочками длиной 3 – 4 см и обжарить до полуготовности.

Добавить пассерованный лук, муку, томатную пасту. Все залить горячим мясным бульоном и довести до кипения. Затем добавить кипящую сметану и заправить острым томатным соусом.

В горшочек положить приготовленные пельмени, залить бульоном с добавлением соуса, накрыть лепешкой из теста и поставить в духовку на 10—15 минут. При подаче к столу лепешку натереть чесноком.

Пельмени «Старинные» в бульоне

3 л бульона.

Для теста: 2 яйца, 3 стакана муки, соль, вода.

Для фарша: 400 г говядины, 450 г свинины, 1 луковица, соль, сахар, перец, вода. Для приправы: сливочное масло, сметана или столовый уксус.

Просеянную муку насыпать на стол холмиком и сделать в ней углубление, в которое налить смесь из 1 яйца, воды и соли. Воду берут из расчета на 1 кг муки 400 г жидкости. Быстро замесить крутое однородное тесто (для упрощения раскатки можно дать тесту полежать 20—30 минут).

Для приготовления фарша мясо пропустить через мясорубку, добавить сахар, соль, перец, воду (20% от веса мяса), измельченный лук, все перемешать. Приготовленное тесто раскатать на 2 длинные полосы толщиной 1 – 1,5 мм и смазать яйцом. Разложить на одной шарики фарша по 5 – 6 г на равном расстоянии друг от друга. Закрыть второй полосой теста, верхний слой теста прижать руками к нижнему вокруг каждого шарика и вырезать пельмени в виде полумесяца металлической выемкой диаметром 3 см.

Пельмени положить на посыпанный мукой противень и поставить в холодное место, затем варить в подсоленной воде при слабом кипении 8 – 10 минут.

Подавать к столу в бульоне со сливочным маслом, сметаной или столовым уксусом.

Пельмени говяжьи в мясном бульоне

11/2 л бульона, зелень.

Для теста: 350 г пшеничной муки, 1 яйцо, соль, вода.

Для фарша: 450 г говядины, 1 луковица, несколько зубчиков

чеснока, перец, соль.

Для заправки: сметана, сливочное масло или столовый уксус.

Приготовить пельменное тесто. Говядину очистить от пленок и сухожилий и пропустить с репчатым луком и чесноком через мясорубку. Добавить соль, черный молотый перец и тщательно перемешать.

Слепить пельмени и сварить, как обычно. Подавать к столу в бульоне с маслом, сметаной или столовым уксусом. Можно украсить блюдо рубленой зеленью.

Пельмени «Старорусские» в бульоне

11/2 л бульона.

Для теста: 200 г кислого молока, 1 яйцо, соль, 300 г муки.

Для фарша: 400 г филе говядины, 300—400 г почечного жира, 2 столовые ложки рубленой зелени петрушки, 1 луковица, майоран, перец, соль.

Для заправки: сливочное масло или сметана.

Говядину и почечный жир мелко нарубить, добавить зелень, натертую на терке луковицу, перец, соль и майоран. Вымешать и обжарить фарш.

В кислое молоко разбить яйцо, посолить и засыпать муку. Замесить не очень крутое тесто. Затем раскатать его тонким слоем и нарезать ромбами, на каждый ромб положить фарш, защипнуть края так, чтобы получился треугольник. Сварить в подсоленной воде, положить в блюдо с бульоном, заправить растопленным сливочным маслом или сметаной.

Пельмени «Московские» в горячем бульоне

2 л бульона, зелень.

Для теста: соль, 3 стакана пшеничной муки, 1 стакан воды, 1 яйцо.

Для фарша: 600 г говяжьего мяса, 300 г почечного жира, 2 луковицы, 50 г говяжьего бульона, соль и перец по вкусу.

Мясо измельчить вместе с жиром и два раза пропустить через мясорубку. Лук, не очищая, запечь в духовом шкафу до мягкости. Остудить, очистить, измельчить и добавить в фарш. Влить туда же горячий бульон, посолить и сдобрить перцем. Все перемешать.

В подогретую воду положить соль и взбитое яйцо, затем всыпать муку и вымесить тесто. Из тонко раскатанного теста вырезать кружочки при помощи рюмки и на них разложить фарш, а края слепить. В кипящей воде отварить пельмени, выложить в глубокую миску, залить горячим бульоном и посыпать рубленой зеленью.

Пельмени «Амударья» с бульоном

11/2 л бульона, зелень.

Для теста: 400 г муки, 1/2 стакана воды, соль.

Для фарша: 2 луковицы, 1/2 стакана воды, 400 г говядины, черный молотый перец, соль.

Для заправки: 1/2 стакана кислого молока, красный молотый перец.

Говядину пропустить через мясорубку вместе с репчатым луком. Добавить четверть стакана воды, соль, перец. Замесить пресное тесто и раскатать в тонкий пласт.

Фигурной выемкой вырезать квадраты со стороной около 3 см. Положить на каждый квадрат фарш и скрепить края.

Перед подачей к столу пельмени отварить в мясном бульоне. Приготовить заправку, смешав кислое молоко и красный перец.

Готовое блюдо залить горячим бульоном и посыпать рубленой зеленью.

Первые блюда из баранины

Белый бульон из баранины

21/2 л воды, 150 г бараньих костей, 4 луковицы, 2 корня петрушки, 4 моркови, 1 лавровый лист, 1 г майорана, гвоздика, соль, черный перец горошком.

Налить в кастрюлю половину порции воды, положить туда кости, довести до кипения и снять пену.

Добавить в бульон морковь, лук, соль, черный перец горошком, лавровый лист, корни петрушки, майоран, гвоздику и соль. Влить оставшуюся воду и повторно довести до кипения. Накрыть кастрюлю крышкой и варить бульон 3 – 3,5 часа на медленном огне.

Готовый бульон процедить и повторно прокипятить.

Бульон «Огненный»

1 кг баранины, 4 стакана воды, 5 небольших луковиц, 1/2 чайной ложки толченых семян кориандра, 3 столовые ложки растительного масла, 1 чайная ложка смеси толченого красного молотого перца и имбиря, соль по вкусу.

Мясо разрезать на небольшие куски, сложить в кастрюлю и залить холодной водой. Довести до кипения и снять пену. Затем посолить и варить на медленном огне 1 час.

Смесь толченых семян кориандра, имбиря, красного перца разбавить бульоном и смешать с нарезанным и пассерованным в растительном масле луком. Прокипятить получившуюся смесь и добавить в бульон.

Куски баранины положить в глубокие тарелки и залить бульоном, в котором они варились.

Бульон «Нежный»

300 г бараньего мяса, 2 моркови, 1 луковица, 3 стакана воды, 3 столовые ложки сметаны, 3 зубчика чеснока, зелень петрушки, кориандр, соль, черный перец горошком.

Мясо вымыть, нарезать кусками, натереть измельченным чесноком, положить в кастрюлю, залить холодной водой.

Кастрюлю поставить на медленный огонь. Снять пену. Варить 1 – 2 часа. Добавить сметану, измельченную зелень, пассерованный лук. Посолить и поперчить.

Бульон с яблочно-сырными лепешками

11/2 л бульона из баранины.

Для лепешек: 4 яичных белка, 200 г тертого сыра, 2 столовые ложки муки, 1 яблоко, 1 луковица, жир, зелень и соль по вкусу.

Взбить яичные белки в миксере, переложить их в большую миску. К ним добавить сыр, натертый на крупной терке, мелко

нашинкованные луковицу, яблоко и зелень. Все посолить и хорошо перемешать. Из получившегося теста слепить лепешки.

Разогреть сковороду, растопить в ней жир и обжарить лепешки с двух сторон.

Бульон вскипятить и разлить по чашкам, подавать вместе с горячими лепешками.

Клецки «Волшебные» с бульоном

21/2 л бульона, 250 г баранины, 2 луковицы, 8 клубней картофеля, 1 стакан муки, зелень, 30 г сливочного масла, соль и перец по вкусу.

Мясо и 1 луковицу пропустить через мясорубку, посолить, поперчить и хорошо перемешать.

Картофель очистить, промыть и натереть на терке. Картофельную массу положить на сито, чтобы стекла вся жидкость. Через 10—15 минут добавить в картофель муку, соль, перец и все перемешать. Из картофельной массы слепить клецки, кладя внутрь каждой приготовленный мясной фарш. Сварить клецки в бульоне.

Вторую луковицу нашинковать и обжарить в сливочном масле.

К столу картофельные клецки подать в бульоне с поджаренным луком.

Суп «Сюрприз»

1/2 кг костей, вода, соль, 1 столовая ложка майонеза, зелень.

Для теста: 100 г муки, 1 яйцо, вода, соль.

Для фарша: 150 г баранины, 60 г свежей капусты, 1 луковица, перец, соль.

Сварить бульон из костей, процедить его и охладить.

Для приготовления фарша пропустить через мясорубку мясо, капусту, лук, добавить соль и перец.

Чтобы приготовить крутое тесто, следует взять муку, насыпать ее горкой, сделать лунку, влить в нее воду, добавить яйцо, соль, так чтобы тесто получилось нежидким. После раскатать его и нарезать четырехугольниками со сторонами примерно 3 см. На середину каждого четырехугольника выложить шарик приготовленного фарша, соединить края и скрепить их в середине.

Переложить пельмени в кипящий бульон и варить до готовности.

При подаче в суп можно добавить майонез и посыпать зеленью.

Французский суп «Фаворит»

2 л белого бульона, 400 г консервированной фасоли, 3 столовые ложки сметаны, 1 пучок петрушки, 2 луковицы, 100 г

ягод малины или земляники, перец, сахар и соль по вкусу.

Мелко нарубить петрушку и лук. Поставить на огонь бульон, положить в него фасоль, лук, зелень, сахар, перец, соль. Довести суп до кипения. Варить на медленном огне 30 минут. Слить бульон, фасоль измельчить, вновь залить ее бульоном и добавить сметану.

Варить суп на медленном огне еще 10 минут. Перед подачей к столу положить в него свежие ягоды.

Суп-пюре из картофеля

1 л бульона из баранины (можно использовать бульонные кубики), 4 клубня картофеля, 3 моркови, 3 луковицы, 1 столовая ложка растительного масла, 3 столовые ложки сметаны, 1 столовая ложка муки, 1 яйцо, измельченная зелень, кориандр, гвоздика, перец и соль по вкусу.

Поставить на медленный огонь половину порции бульона, добавить специи. На мелкой терке натереть картофель, лук и морковь, положить их в закипевший бульон.

Когда овощная масса сварится, взбить ее миксером, смешать со сметаной, яйцом, пассерованной в растительном масле мукой, разбавить оставшимся бульоном и варить 10—15 минут.

Подавая к столу, украсить суп зеленью.

Суп «Восточный»

200 г фарша из баранины, 2 л мясного бульона, желтки от 2 сваренных вкрутую яиц, 50 г толченого жареного арахиса, 2 столовые ложки натертого сухого отрубного хлеба, соль, перец.

Налить в кастрюлю 3 стакана мясного бульона, положить в него фарш и взбить миксером до пастообразного состояния.

Добавить в получившуюся массу измельченные желтки, хлеб и арахис. Влить оставшийся бульон.

Поставить кастрюлю на огонь и довести суп до кипения. Посолить и поперчить по вкусу.

Суп подавать к столу горячим.

Суп-пюре «Праздничный»

4 стакана бульона из баранины, 4 луковицы, 6 помидоров, 4 моркови, 70 г сливочного масла, 2 зубчика чеснока, 1 чайная ложка тертых грецких орехов, шафран, красный молотый перец, соль по вкусу.

Вскипятить бульон. Обжарить измельченные помидоры, морковь, лук и чеснок. Добавить в овощи немного бульона и тушить до полной готовности. Затем остудить их, взбить миксером до получения однородной массы, опустить в кастрюлю с бульоном, добавить грецкие орехи, специи, соль и варить на медленном огне 30 минут.

Суп «Бозбаш»

1/2 кг баранины, 1 стакан лущеного гороха, 1/2 кг картофеля, 2 яблока, 2 головки лука, по 2 столовые ложки томатной пасты и сливочного масла, рубленая зелень, соль и перец.

Промыть баранину, нарезать ее небольшими кусочками, положить в кастрюлю и залить водой так, чтобы она только покрыла баранину, посолить и, накрыв кастрюлю крышкой, варить на слабом огне 5 минут, снимая пену.

За это время нужно промыть горох, залить его 2 – 3 стаканами кипятка, прибавить к нему кусочки баранины, измельченный, поджаренный на масле лук, нарезанные картофель и яблоки, томатную пасту, соль и перец, влить процеженный бульон. Накрыть кастрюлю крышкой и варить 15—20 минут.

Украсить суп мелко нарезанной зеленью.

Суп с ветчиной

2 л бульона (можно использовать бульонные кубики или просто воду), 300 г ветчины, 3 столовые ложки томатной пасты, 2 среднего размера луковицы, зелень, перец, соль по вкусу.

Лук и ветчину пропустить через мясорубку. Получившийся фарш залить кипятком, добавить в него измельченную зелень и заправить томатной пастой. Варить 20 минут. Добавить соль и перец.

Суп «Лакомка»

2 кг баранины, 2 л мясного бульона, 400 г белого хлеба, 2 столовые ложки растительного масла, 50 г очищенных грецких орехов, специи, соль.

Сварить мясо, нарезать кусками размером 4 х 4 см, обжарить в растительном масле и опустить в кипящий бульон.

Варить на медленном огне 20 минут. Вынуть мясо, охладить, пропустить через мясорубку, смешать с размоченным в бульоне хлебом и измельченными грецкими орехами. Добавить в фарш немного бульона, перемешать и опустить в кипящий бульон.

Суп подавать к столу горячим.

Суп «Малыш»

2 л *бульона из баранины, 1 луковица, 3 свеклы среднего размера, 1 столовая ложка муки, 1 чайная ложка уксуса, 3 столовые ложки растительного масла, перец и соль по вкусу.*

Сварить и натереть свеклу. Обжарить нарезанный лук в растительном масле и смешать с ним муку.

В кипящий бульон опустить свеклу и лук. Варить суп 15 минут. Остудить. Взбить миксером. Еще раз прокипятить. Влить в него уксус, посолить, поперчить. Подавать горячим.

Суп-пюре «Незнакомка»

11/2 л мясного бульона, 6 клубней картофеля, 4 луковицы, 3

пучка зеленого салата, 2 пучка щавеля, 1 стакан сливок, имбирь, гвоздика, зелень петрушки, 2 зубчика чеснока, соль, перец.

Поставить на огонь бульон. Нарезать картофель кубиками, обжарить в растительном масле нарубленный лук, измельчить зелень и чеснок. Положить все в кипящий бульон. Варить суп на медленном огне 20 минут. Процедить суп и взбить миксером полученную массу, опустить ее обратно в бульон, довести до кипения, добавить сливки, специи и соль.

Подавать к столу охлажденным.

Пельмени «Ням-ням»

3 л бульона (1/2 кг баранины, вода, соль).

Для теста: 150 г муки, 1 яйцо, вода, соль.

Для фарша: 450 г баранины, 80 г репчатого лука, соль, перец.

Для заправки: 40 г винного уксуса, 4 г сушеной мяты, 60 г кинзы, 15 г чеснока.

Баранину и лук пропустить через мясорубку, добавить соль, перец, все тщательно перемешать.

Приготовить пресное тесто: взять муку, добавить в нее воду и яйцо, посолить, вымесить. Затем раскатать тесто в пласт толщиной примерно 2 мм, разрезать на равные квадраты со сторонами 4 см и сформовать пельмени. Сварить их в подсоленной воде.

Перед подачей пельмени разложить по глубоким тарелкам, залить бульоном и посыпать зеленью кинзы или сушеной мятой. Отдельно подать винный уксус или уксус с чесноком.

Пельмени с бараниной и костным мозгом в горячем бульоне

3 л бульона (1/2 кг баранины, вода, соль), зелень, лавровый лист, перец, соль.

Для теста: 500 г муки высшего сорта, 100 г воды, 1 яйцо, соль по вкусу.

Для фарша: 500 г мякоти баранины, 100 г костного мозга, соль, черный молотый перец по вкусу.

Для заправки: сливочное масло или сметана.

Просеять муку, насыпать ее горкой, сделать лунку, влить в нее воду и яйцо, посолить, замесить тесто, прикрыть его холщовой салфеткой и дать постоять 20—30 минут.

Баранину и костный мозг пропустить через мясорубку с мелкой решеткой, хорошо перемешать, посолить и поперчить.

Тесто сформовать в виде жгута, нарезать кусочками, из которых раскатать тонкие кружочки. Положить на них по 5 г фарша, слепить пельмени и опустить их в кипящую воду, положив туда предварительно лавровый лист, перец и соль. Варить пельмени до тех пор, пока они не всплывут.

Готовые пельмени выложить в глубокую тарелку, залить

бульоном и посыпать рубленой зеленью. Отдельно к столу подать масло или сметану.

Пельмени с костным мозгом в костном бульоне

3 л бульона (700 г костей, вода, лавровый лист, перец, соль), зелень, сметана.

Для теста: 600 г муки высшего сорта, 150 г воды, 2 яйца, соль по вкусу.

Для фарша: 400 г мякоти свинины, 300 г мякоти баранины, 150 г костного мозга, черный молотый перец по вкусу, соль.

Для приготовления теста просеять муку, насыпать ее горкой, сделать лунку, влить в нее воду и яйцо, посолить и вымесить. Прикрыть тесто холщовой салфеткой и дать постоять 30 минут.

Для фарша свинину, баранину и костный мозг пропустить через мясорубку, добавить соль, перец.

После того как тесто постояло, его надо скатать в форме жгута, нарезать кусочками, из которых потом раскатать тонкие кружочки. Выложить на них фарш, слепить пельмени и опустить их в кипящий бульон. Варить до тех пор, пока пельмени не всплывут.

Готовые пельмени подавать в глубокой тарелке вместе с бульоном. Можно добавить сметану и посыпать рубленой зеленью.

Пельмени «Чудесные» в бульоне

11/2 л бульона, лавровый лист.

Для фарша: 400 г баранины, 1 луковица, 1 пучок петрушки, черный молотый перец, соль.

Для теста: 2 стакана муки, соль, 1 яйцо, вода.

Для заправки: 3 столовые ложки винного уксуса или уксус с чесноком, сушеная мята, рубленая зелень.

Сварить костный бульон. Добавить туда лавровый лист и посолить.

Приготовить фарш. Для этого баранину и луковицу пропустить через мясорубку, добавить перец, измельченную зелень петрушки и соль.

Замесить крутое тесто и раскатать его в пласт толщиной 1 – 2 мм. Нарезать квадраты размером 3 х 3 см. В центр каждого квадрата положить приготовленный фарш и слепить пельмени.

Подготовленные пельмени слегка встряхнуть на решете, освободив их от лишней муки. Отваривать в процеженном бульоне не более 5 минут, до тех пор, пока они не всплывут.

При подаче к столу залить пельмени холодным бульоном, посыпать их сушеной мятой и зеленью. Отдельно подать винный уксус или уксус с чесноком.

Пельмени «Волшебный аромат» в мясном бульоне

11/2 л бульона.

Для теста: 2 стакана муки, соль, 1 яйцо, вода.

Для фарша: 400 г баранины, 1 луковица, 2 пучка кинзы, 1 луковица, молотый перец, соль.

Для заправки: 4 столовые ложки винного уксуса, ягодный сок, сушеная зелень.

Приготовить фарш из мяса, добавив в него лук, рубленую кинзу, перец и соль. Замесить крутое тесто и раскатать его в пласт толщиной 1 – 2 мм. Нарезать квадратами размером 3 х 3 см. В центр каждого квадрата положить фарш и слепить пельмени, защипнув края.

Подготовленные пельмени отряхнуть от лишней муки. Варить в процеженном бульоне не более 7 – 10 минут, пока пельмени не всплывут.

При подаче к столу залить горячим бульоном.

Винный уксус и ягодный сок подать отдельно. Блюдо густо посыпать сушеной измельченной зеленью.

Пельмени «Боярские» в мясном бульоне

2 л белого бульона из баранины, лавровый лист, перец, соль, зелень, сметана.

Для теста: 500 г муки, 1 яйцо, вода, соль.

Для фарша: по 250 г баранины и свинины, черный молотый перец, соль.

Приготовить тесто: просеять муку, насыпать ее горкой, сделать лунку, влить в нее воду и яйцо, посолить. Накрыть тесто салфеткой и дать постоять минут 20—30.

Чтобы приготовить фарш, баранину, свинину и костный мозг надо пропустить через мясорубку с мелкой решеткой, посолить, поперчить и тщательно вымесить.

Из приготовленного теста сделать жгут, нарезать его кусочками, из которых потом раскатать тонкие кружочки. Положить на них шарики фарша, слепить пельмени, опустить их в кипящий бульон. Варить пельмени до готовности.

Готовые пельмени выложить в глубокое блюдо и залить бульоном. Отдельно подать сметану и зелень.

Первые блюда из свинины

Белый бульон из свинины

1/2 л воды, 150 г свиных костей, 3 луковицы, 4 корня петрушки, 2 моркови, 1 лавровый лист, 1 г майорана, соль.

Налить в кастрюлю порцию воды, положить туда кости, довести до кипения, снять пену, добавить морковь, лавровый лист, лук, корни петрушки, майоран и соль. Влить оставшуюся воду, еще раз довести до кипения, закрыть крышкой и варить на медленном огне в течение 3 часов.

Готовый бульон процедить, снять с поверхности жир и снова прокипятить.

Бульон «Традиционный»

300 г свиного мяса, 1 морковь, 1 луковица, 4 стакана воды, зелень петрушки, соль, черный молотый перец.

Мясо вымыть и нарезать кусками, положить в кастрюлю и залить водой.

Кастрюлю поставить на медленный огонь и варить бульон примерно 1 – 2 часа. При необходимости снять пену.

Добавить измельченные морковь и лук. Посолить и поперчить, посыпать рубленой зеленью петрушки.

Бульон «Любительский»

1 кг свинины, 4 стакана воды, 2 небольшие луковицы, 1 морковь, 1 чайная ложка толченых семян кориандра, имбиря и красного молотого перца, 1 вареное яйцо, 1 столовая ложка растительного масла, соль по вкусу.

Мясо разрезать на куски размером 3 х 3 см, обдать кипятком, положить в кастрюлю и залить водой. Довести до кипения, снять пену, посолить, варить на медленном огне 1 – 2 часа.

Смесь толченых семян кориандра, имбиря и красного молотого перца разбавить бульоном, смешать с нарезанными и пассерованными в растительном масле морковью и луком. Получившуюся смесь добавить в кипящий бульон.

Куски свинины выложить в глубокое блюдо, украсить мелко нарезанным яичным желтком и залить горячим бульоном.

Пудинг с мясным бульоном

400 г мяса, 50 г ветчины, 1 луковица, 1 небольшая морковь, 1 яйцо, корень петрушки, 1 столовая ложка сливочного масла, 2 столовые ложки сливок, 50 г кедровых очищенных орехов, шпинат, зеленый лук, зелень петрушки и укропа, черный молотый перец, соль по вкусу.

Из мяса приготовить бульон. Добавить в него нарезанные морковь, лук и корень петрушки, посолить и поперчить. Ветчину

пропустить через мясорубку. Зеленый лук и шпинат нашинковать и слегка обжарить на масле вместе с ветчиной. Затем выложить все в формочку, смазанную сливочным маслом и залить взбитым со сливками яйцом. Сверху посыпать рублеными орехами. Сбрызнуть растопленным маслом и запечь в духовке.

Перед подачей к столу пудинг положить в тарелку, посыпать измельченной зеленью петрушки и укропа и залить бульоном.

Галушки с мясным бульоном

1/2 л бульона, 2 яйца, 1 луковица, 2 стакана молотых сухарей, 1 стакан молока, 2 столовые ложки сахара, 3 столовые ложки сливочного масла, зелень, соль.

Сварить белый бульон.

Приготовить тесто: яйца взбить с сахаром, добавить в них 1/2 стакана молотых сухарей, молоко, растопленное сливочное масло и соль. До полного набухания дать тесту постоять 20 минут.

Тесто выложить на посыпанный сухарями стол, скатать его в форме тонкой колбаски и разрезать на галушки. Варить галушки надо в подсоленной воде.

Луковицу нарезать кольцами и слегка обжарить на сливочном масле.

При подаче к столу галушки залить бульоном, сверху положить обжаренный лук и посыпать поджаренными молотыми сухарями.

Суп-пюре «Шервудский лес»

1 л мясного бульона, 4 клубня картофеля, 3 луковицы, 2 пучка зеленого салата, 1 пучок шпината, 2 пучка щавеля, 1 стакан сливок, 50 г сливочного масла, соль, перец.

Нарезать картофель кубиками, измельчить зелень. Растопить масло, обжарить в нем нарубленный лук. Вскипятить бульон, опустить в него картофель, лук и зелень.

Варить суп на медленном огне 15 минут. Процедить суп и протереть массу через сито, опустить обратно в бульон и довести до кипения. Добавить в суп сливки, перец и соль.

Подавать к столу со сметаной.

Суп-пюре «Михайловский»

3 стакана мясного бульона, 2 луковицы, 6 помидоров, 3 моркови, 100 г сливочного масла, 2 зубчика чеснока, семена кинзы, 1 чайная ложка тертого миндаля, шафран, сушеная мята, красный молотый перец, соль по вкусу.

Обжарить на сливочном масле тонко нарезанный лук, измельченные помидоры, морковь и чеснок. Вскипятить бульон. Влить в овощи немного бульона, тушить до полной готовности, остудить, взбить миксером, опустить в кастрюлю с бульоном, добавить пряности и соль и варить на медленном огне 15—20

минут.

Суп-пюре из картофеля и моркови

1/2 л бульона (можно использовать бульонные кубики) или воды, 3 – 4 клубня картофеля, 2 моркови, 1 столовая ложка сливочного масла, 1 столовая ложка муки, 1/2 стакана сливок, 1 яйцо (желток), измельченная зелень, соль по вкусу.

На мелкой терке натереть морковь, нарезать картофель небольшими кубиками. В закипевший к тому времени бульон (или воду) положить картофель и морковь, посолить. Когда овощи будут готовы, протереть их через сито, смешать с пассерованной на масле мукой и проварить.

Подавая к столу, заправить суп смесью сливок и желтка, украсить зеленью.

Суп с окороком

1/2 л бульона (можно использовать бульонные кубики или просто воду), 200 г копченого или отварного окорока, 2 столовые ложки томатной пасты, 1 среднего размера луковица, зелень, соль, перец по вкусу.

Лук и окорок пропустить через мясорубку. Получившийся фарш залить горячим бульоном или кипятком, заправить томатной пастой и, поставив на огонь, варить в течение 15 минут. Добавить соль и перец.

Свекольный суп

11/2 л белого бульона, 2 свеклы среднего или большого размера, 1 столовая ложка кукурузной муки, 1 луковица, 2 столовые ложки растительного масла, 1 чайная ложка уксуса, несколько капель лимонного сока, соль и перец по вкусу.

Сварить свеклу и натереть на терке. В растительном масле обжарить нарубленный лук. Положить кукурузную муку и снова обжарить. Добавить бульон, свеклу и соль. Кипятить суп 10 минут, затем взбить миксером. Снова прокипятить. Влить лимонный сок, уксус, поперчить и подавать горячим.

Суп «Боярин»

200 г фарша из свинины, 1 л мясного бульона, желтки от 3 сваренных вкрутую яиц, 50 г очищенного миндаля, 1 столовая ложка натертого сухого бородинского хлеба, молотый мускатный орех, соль, перец.

Налить в кастрюлю 2 стакана мясного бульона, положить в него фарш и миндаль, перемешать и взбить миксером до пастообразного состояния.

Добавить в получившуюся массу растертые желтки, мускатный орех и хлеб. Влить оставшийся бульон. Поставить кастрюлю на огонь и довести до кипения.

Посолить и поперчить по вкусу. Суп можно подавать к столу

и холодным и горячим.

Французский суп «Вечность»

2 л белого бульона, 600 г консервированной фасоли, 2 столовые ложки сметаны, 1 пучок салата, 2 луковицы, перец, сахар и соль по вкусу.

Мелко нарубить салат и лук. Поставить на огонь мясной бульон, положить в него лук, салат, сахар, перец, соль. Отложить 2 – 3 столовые ложки фасоли, остальное добавить в суп. Довести его до кипения.

Убавить огонь и 25 минут варить суп на медленном огне.

Слить бульон, фасоль протереть через сито, опять залить ее бульоном и добавить сметану. Варить суп на медленном огне еще 15 минут. Перед подачей к столу положить в него оставшуюся фасоль.

Суп «Царевич»

1 кг свинины, 1/2 л мясного бульона, 200 г белого хлеба, 50 г очищенных грецких орехов, 30 г сливочного масла, специи, соль.

Сварить мясо, мелко нарезать, обжарить на сливочном масле. Вскипятить бульон и положить в него мясо. Варить на медленном огне 20 минут.

Вынуть мясо, охладить и пропустить через мясорубку. Положить в получившийся фарш размоченный в бульоне хлеб и измельченные грецкие орехи. Добавить в фарш 3 столовые ложки бульона, специи и соль, перемешать и опустить полученную массу в кастрюлю с кипящим бульоном.

Суп можно подавать к столу как горячим, так и холодным.

Пельмени «Традиционные» в горячем бульоне

2 л белого бульона, зелень.

Для теста: 450 г муки, соль, 1 яйцо, вода.

Для фарша: 200 г свинины, 200 г говядины, 2 луковицы, соль, черный молотый перец.

Для заправки: сметана или сливочное масло.

Для приготовления теста просеять муку. Высыпать ее на стол горкой, сделать в середине углубление, влить холодную подсоленную воду и взбитое яйцо, замесить густое тесто. Накрыть полотенцем и оставить на полчаса.

Говядину и свинину пропустить через мясорубку вместе с луком, добавить соль, перец, перемешать. Хорошо взбить полученную массу.

Сформовать пельмени с помощью пельменницы. Если же ее нет, раскатать тесто в тонкий пласт, рюмкой вырезать кружочки, положить на каждый шарик из фарша и соединить края. Поместить пельмени на посыпанную мукой доску и положить в морозильник.

Непосредственно перед подачей к столу пельмени небольшими порциями (по 10—15 штук) опускать в подсоленную кипящую воду и варить на медленном огне 8 – 10 минут.

Готовые пельмени переложить в глубокое блюдо, залить бульоном, подать к столу со сметаной или сливочным маслом.

Пельмени «Славянские» с бульоном

2 л свиного бульона, зелень.

Для теста: 500 г муки, 2 яйца, 150 г воды, соль.

Для фарша: 1 луковица, 250 г свинины, 250 г говядины, соль, перец.

Мясо с луком пропустить 2 раза через мясорубку, положить соль, перец и тщательно перемешать фарш.

В муку влить воду, положить соль, яйца, перемешать, замесить крутое тесто, раскатать тонким слоем, вырезать из него рюмкой кружочки и выложить на них кусочки фарша, края защипнуть. Подготовленные пельмени опустить на несколько секунд в кипящую воду, а затем переложить в посуду с закипевшим бульоном и варить в течение 5 минут.

Подавать к столу с бульоном и рубленой зеленью.

Пельмени «Сибирские» в белом бульоне

2 л белого бульона, зелень.

Для теста: вода, соль, 300 г пшеничной муки, 2 яйца.

Для фарша: 250 г свинины или баранины, 200 г говядины, 1 луковица, сахар, соль, перец.

Просеянную муку насыпать на стол горкой, сделать в ней воронкообразное углубление, в которое влить воду, смешанную с 1 яйцом и солью, из расчета 400 г жидкости на 1 кг муки. Замесить густое однородное тесто, дать ему постоять 20—30 минут для лучшего раскатывания.

Для приготовления фарша нарезать мясо кусками и пропустить через мясорубку вместе с луком, добавить сахар, соль, перец и все перемешать.

Приготовленное тесто раскатать в длинную полоску толщиной 1 – 1,5 мм и шириной 40—50 см и смазать оставшимся яйцом. Во всю длину теста, отступив 3 см от края, разложить шарики фарша на расстоянии 2 – 3 см один от другого. Закрыть шарики сверху другим краем теста. Верхний слой теста прижать руками к нижнему вокруг каждого шарика и вырезать пельмени в виде полумесяца металлической выемкой диаметром 3 см.

Пельмени положить на посыпанный мукой противень и поставить в холодное место. Варить пельмени в бульоне или подсоленной воде (на 1 кг пельменей – 4 л воды и 40 г соли) при слабом кипении 8 – 10 минут.

Подавать к столу с бульоном и рубленой зеленью.

Пельмени «Шаолинь» в свином бульоне

3 л бульона, зелень.

Для теста: 2 яйца, 2 стакана муки, 1 чайная ложка соли, вода.

Для фарша: 500 г свинины, 250 г черемши, 20 г соевого соуса, 50 г растительного масла.

Для заправки: уксус, чеснок и другие специи.

Свинину средней жирности пропустить через мясорубку. Добавить мелко нарезанную черемшу, столовую ложку растительного масла и соевый соус по вкусу.

Приготовить обычное пельменное тесто и слепить небольшие пельмени. В кастрюле вскипятить воду и варить пельмени в крутом кипятке до готовности. К столу подавать в глубоком блюде с бульоном, уксусом, чесноком и другими специями.

Пельмени «Рог изобилия» с бульоном

3 л бульона, зелень.

Для теста: 500 г пшеничной муки, 2 яйца, 10 г соли, 100 г воды.

Для фарша: 500 г свинины, 50 г душистого растительного масла, 5 г лука, 100 г мяса креветок, 25 г отварных грибов, 10 г водки, 3 г имбиря, 2 столовые ложки воды, щепотка сахара, соль.

Свинину нарезать тонкой соломкой, грибы – кубиками, мясо креветок – кусочками. Все это положить в эмалированную чашку, добавить водку, воду, сахар, мелко нарезанный лук и имбирь, посолить, перемешать, сбрызнуть душистым растительным маслом.

В сотейнике смешать взбитые яйца, воду, соль, всыпать муку и замесить пресное тесто. Затем накрыть его салфеткой и оставить на 30 минут. По истечении этого времени раскатать тесто, вырезать кружочки, положить на них по 10 г фарша и залепить края.

Вскипятить воду, посолить ее, опустить туда пельмени и варить под закрытой крышкой. После того как они всплывут, добавить немного холодной воды и варить до готовности.

Готовые пельмени подавать к столу в глубоком блюде вместе с бульоном.

Пельмени с капустой в свином бульоне

3 л бульона, зелень.

Для теста: 200 г молока, 400 г пшеничной муки, соль, 1 яйцо.

Для фарша: 500 г свинины, 6 луковиц, 400 г молодой капусты, 1 чайная ложка соевого соуса, 20 г кунжутного семени, соль, черный молотый перец.

Нашинкованную капусту, лук и свинину, нарезанную мелкими кубиками, тщательно растереть, посолить и добавить толченые кунжутные семена. Все составляющие перемешать,

добавить соевый соус, поперчить и оставить на 15 минут.

Тесто для этих пельменей готовить в два приема. Сначала половину муки просеять и тщательно перемешать в глубокой миске с небольшим количеством молока таким образом, чтобы получилось тесто, как на блины. Затем в это же тесто просеять вторую половину муки, добавить яйцо, соль, оставшееся молоко и замесить мягкое тесто.

На присыпанной мукой разделочной доске скатать из теста валик диаметром 6 см, разделить его ножом на части и руками сформовать из них лепешки диаметром 8 см. На каждую выложить по 1 чайной ложке фарша и закрепить края таким образом, чтобы между начинкой и тестом осталось пространство.

Готовые пельмени жарить во фритюре 2 – 3 минуты, положить в глубокое блюдо, залить свиным бульоном и посыпать рубленой зеленью.

Первые блюда из птицы

Куриный бульон с блинчиками

1 тушка цыпленка, 2 луковицы, 1 морковь, 1 пучок зелени укропа и петрушки, соль и черный молотый перец по вкусу, 250 г муки, 600 г молока, 1 яйцо, 1 столовая ложка сахара, 1 чайная ложка растительного масла, 50 г сливочного масла, 1 чайная ложка соли, 1 л воды.

Подготовленную тушку цыпленка сварить в подсоленной воде с добавлением целой луковицы и мелко нарезанной моркови. Цыпленка охладить, мясо с кожей снять, вместе с пассерованным луком пропустить через мясорубку. Готовый фарш посолить и поперчить.

Для приготовления блинчиков в молоко положить сахар, соль, просеянную пшеничную муку, желток яйца и взбить венчиком. В полученную массу добавить растительное масло и взбитый в пену яичный белок. Выпекать блинчики на раскаленной сковороде.

На каждый блинчик положить фарш, завернуть конвертом и обжарить с двух сторон на сливочном масле.

Подавая бульон к столу, разлить его по специальным чашкам и посыпать мелко нарезанной зеленью укропа и петрушки, а блинчики подать на пирожковой тарелке.

Куриный бульон «Пикник»

300 г куриного мяса, 1 морковь, 1 луковица, 4 стакана воды, зелень петрушки, соль, черный молотый перец.

Мясо вымыть и нарезать кусками, положить в кастрюлю, залить водой. Посуду поставить на огонь и варить мясо примерно 25—30 минут, при необходимости снимая пену. Затем добавить целую морковь, луковицу, посолить, поперчить и варить еще 15—20 минут.

При подаче к столу блюдо посыпать измельченной зеленью петрушки.

Острый куриный бульон

1 тушка курицы, 3 стакана воды, 2 луковицы, 2 столовые ложки растительного масла, 1/2 чайной ложки смеси толченых семян кинзы (кориандра), красного молотого перца, куркумы и имбиря, соль по вкусу.

Подготовленную тушку курицы разрезать на порционные куски, положить в кастрюлю и залить холодной водой. Довести до кипения, снять пену, посолить и варить до готовности мяса на медленном огне.

Смесь из красного перца, семян кинзы, имбиря и куркумы

разбавить бульоном до густоты сметаны, затем смешать с тонко нарезанным и пассерованным в растительном масле луком, после чего прокипятить.

Куски курицы положить в порционные тарелки, залить бульоном и подать с острым соусом.

Лапша домашняя на курином бульоне

Для бульона: 1 кг курицы, 4 стакана воды, 1 морковь, 1 луковица, мелко нарезанная зелень петрушки.

Для лапши: 1 яйцо, 1 стакан муки, вода или молоко, соль.

Из муки, яйца, соли, воды или молока замесить крутое тесто и раскатать его в тонкий пласт, посыпать сверху мукой и нарезать полосками шириной 6 см. Положить полоски друг на друга в 5 – 6 слоев, а затем нашинковать. Выложить нарезанную лапшу на решето и дать ей подсохнуть.

Сварить куриный бульон из нарезанной тушки курицы, лука и моркови. Когда курица будет почти готова, засыпать лапшу и варить суп еще 20 минут. Добавить мелко нарезанную зелень петрушки и подать горячее блюдо к столу.

Куриный бульон с гренками

250 г куриного мяса, 4 стакана воды, 1 морковь, 1 луковица, 2 столовые ложки растительного масла, 100 г пшеничного хлеба, 1 зубчик чеснока, соль.

Подготовленную курицу залить холодной водой, посолить и варить на слабом огне в течение 2 часов. Готовое мясо вынуть из кастрюли, бульон процедить, добавить пассерованные на растительном масле лук и морковь и варить еще 10 минут.

Хлеб нарезать кубиками, подсушить в духовом шкафу, натереть каждый кусочек чесноком и измельчить. Перед подачей к столу насыпать измельченные гренки в тарелку с куриным бульоном.

Куриная похлебка с паштетом

1 тушка курицы, 4 стакана воды, 1 морковь, 1 луковица, 1 пучок петрушки, 100 г консервированного зеленого горошка, 200 г цветной капусты, соль.

Для паштета: 2 ломтика белого хлеба, 1/2 стакана молока, 1 яйцо, 2 столовые ложки сметаны, 1 луковица, 1 столовая ложка сливочного масла, 1 столовая ложка картофельного крахмала, соль.

Промытую и разрубленную на небольшие куски курицу варить на слабом огне, постоянно снимая пену. Посолить и продолжать варить. Луковицу и морковь испечь на сухой сковороде, потом опустить в кипящий бульон и варить до готовности.

Курицу и овощи вынуть, а бульон процедить через марлю,

отделить мясо от костей. Опустить в бульон нарезанную морковь, петрушку, кочешки цветной капусты, консервированный горошек и варить до готовности.

Отделенное от костей мясо пропустить через мясорубку, добавить размоченный в молоке хлеб, нарезанный и обжаренный в масле лук, сметану, взбитое яйцо, картофельный крахмал, посолить. Все тщательно перемешать, выложить в смазанную маслом форму и сверху положить кусочки сливочного масла. Запекать в разогретой духовке в течение 20 минут.

При подаче к столу в готовый суп положить нарезанный в виде квадратиков паштет и посыпать рубленой зеленью.

Похлебка с индюшачьим мясом и грибами

500 г индюшачьих грудок без кожи и костей, 350 г шампиньонов, 3 стакана куриного бульона, 1 стакан воды, 3 зубчика чеснока, 1 луковица, 1 морковь, 1 столовая ложка растительного масла, 2 столовые ложки сливочного масла, 1/2 стакана риса, 3 столовые ложки муки, 1 стакан молока, 1/2 чайной ложки черного перца, соль.

Поставить кастрюлю с бульоном и добавленной в него водой на огонь. Пока жидкость разогревается, разрезать индейку на 8 одинаковых кусков. Когда бульон закипит, положить в кастрюлю индюшачьи грудки и перец, уменьшить огонь, накрыть кастрюлю крышкой и варить еще 15—20 минут. После варки вынуть мясо, положить его на тарелку и накрыть крышкой. Измельчить чеснок и крупно нарезать подготовленные репчатый лук, морковь и грибы.

Взять еще одну кастрюлю и в ней на среднем огне разогреть растительное масло. Оно должно быть горячим, но не дымиться. Положить в кастрюлю лук и чеснок и пассеровать 3 минуты, пока лук не станет мягким, затем добавить сливочное масло, рис, морковь и грибы. Тушить, помешивая, еще 3 – 5 минут, после чего добавить муку и обжаривать, пока она не разойдется.

Влить бульон и довести массу до кипения, убавить огонь и варить похлебку под крышкой в течение 20 минут, пока рис не станет мягким. Затем влить молоко, посолить, проварить 2 минуты и подать к столу, положив нарезанное мелкими кусками индюшачье мясо.

Суп из черного хлеба на курином бульоне

часть буханки ржаного хлеба, 5 – 6 штук среднего размера маринованных или соленых помидоров, 0,75 л куриного бульона (из кубика), 2 белка, 1 луковица, 1 зубчик чеснока, 30 г сыра, 1/2 стакана сливок, 1 столовая ложка топленого масла, базилик, молотый черный перец, соль.

Развести куриный бульон в горячей воде. Базилик и сыр

измельчить. Нашинковать лук и чеснок, слегка их поджарить на топленом масле, добавить кусочки хлеба и помидоров, пересыпать в кастрюлю с бульоном и варить 15 минут.

Взбить белки, положив в них щепотку соли, перемешать с измельченным базиликом и сыром. Полученную смесь чайной ложкой опустить в кипящий бульон и варить 3 – 5 минут.

Добавить в суп сливки, соль, перец.

Охлажденный огуречный суп

1 огурец, 2 небольшие луковицы, 1 стакан куриного бульона, соль, перец, пучок укропа.

Огурец и лук очистить, разрезать поперек и потомить в разогретом курином бульоне на медленном огне около 10 минут. Затем взбить эту массу миксером до пюреобразного состояния. В суп добавить соль и перец, поставить в холодильник.

Холодный суп посыпать мелко нарезанной зеленью и украсить веточками укропа.

Суп «Дачный»

3 – 4 небольших кочана брюссельской капусты (крупный разделить на две половины), 1 л мясного или куриного бульона, перец горошком, лавровый лист, репчатый лук, корни сельдерея или петрушки, соль.

Бульон довести до кипения, положить в него перец, соль, лавровый лист, измельченный лук, коренья. Когда бульон закипит, добавить в него сначала целые кочаны, а через 2 – 3 минуты – половинки капусты. Суп варить на медленном огне в течение 15—20 минут.

Суп-пюре по-восточному

1 тушка курицы, 1,5 – 2 л воды, 3 столовые ложки топленого масла, 1 столовая ложка ткемалевого соуса, 2 луковицы, 50 г риса, 30 г гороха, сушеная мята, зелень кинзы, укропа, чеснок, перец и соль по вкусу.

Подготовленную тушку курицы разделать на порционные куски, сложить в кастрюлю, залить холодной водой, посолить, поперчить и варить до готовности. Когда мясо сварится, процедить бульон и положить в него перебранный и промытый в холодной воде рис.

Нашинкованный лук пассеровать в топленом масле и добавить в кипящий бульон. Варить бульон на медленном огне до полного разваривания риса. Отдельно сварить горох и смешать его с ткемалевым соусом, измельченной зеленью и чесноком.

За 10 минут до окончания варки добавить в суп горох с соусом, прокипятить, процедить суп через очень крупное сито или дуршлаг. Разложить куски курицы по тарелкам и залить их супом-пюре.

Суп-пюре «Ароматный»

3 стакана куриного бульона, 2 луковицы, 5 помидоров, 2 моркови, 30 г сливочного масла, 1 столовая ложка растительного масла, 4 зубчика чеснока, семена кинзы, 1/2 чайной ложки тертого миндаля, сушеная мята, шафран, соль, красный молотый перец, хмели-сунели по вкусу.

На разогретом растительном масле обжарить тонко нарезанный лук, мелко рубленные морковь, помидоры и чеснок.

Добавить сливочное масло и потушить до готовности.

Протереть овощи через крупное сито. В кастрюлю с бульоном положить протертые овощи, добавить подготовленные пряности и соль, варить на медленном огне в течение 5 – 10 минут.

Французский суп с зеленым горошком

5 *00 г консервированного зеленого горошка (или свежего, очищенного от стручков), 1/2 л куриного бульона, 50 г сливочного масла, 1 пучок салата, 3 луковицы, 1 чайная ложка сахара, перец и соль по вкусу.*

Мелко нарубить салат и лук. Влить в кастрюлю куриный бульон, положить салат, лук, сахар, посолить и поперчить по вкусу. Отложить 2 – 3 столовые ложки зеленого горошка, остальное добавить в суп. Поставить кастрюлю на огонь и довести до кипения. После этого убавить огонь и 30 минут варить суп на медленном огне.

Слить бульон, вареный горошек протереть через сито, после чего снова залить его бульоном и добавить сливочное масло. Варить суп на медленном огне еще 10 минут. Перед подачей к столу положить в него оставшийся горошек.

Суп из куриного фарша

200 г фарша из вареного куриного мяса, 1 л мясного бульона, желтки от 2 сваренных вкрутую яиц, 40 г очищенного миндаля, 1 столовая ложка натертого сухого белого хлеба, соль, перец, молотый мускатный орех.

Налить в кастрюлю 1 стакан мясного бульона, положить куриный фарш и миндаль, все перемешать и тщательно взбить до пастообразного состояния. Добавить растертые желтки, хлеб, немного мускатного ореха. Влить в массу оставшийся бульон.

Поставить кастрюлю на огонь и довести до кипения. Посолить и поперчить по вкусу. Суп подавать к столу горячим.

Суп «Монарх»

1 тушка цыпленка, 1/2 л мясного бульона, 100 г белого хлеба без корки, 5 штук сладкого миндаля, 15 г сливочного масла, специи, соль.

Поджарить цыпленка и отделить мясо от костей. Вскипятить бульон и положить в него мясо цыпленка. Варить на медленном

огне 15—20 минут. Затем вынуть мясо, охладить и пропустить через мясорубку с размоченным в бульоне хлебом и миндалем. Добавить в фарш несколько столовых ложек бульона, перемешать и протереть полученную массу через сито в кастрюлю с бульоном.

Перед подачей к столу разогреть суп и положить сливочное масло. Посолить и добавить по вкусу специи.

Суп-пюре «Сказки Венского леса»

1 л куриного бульона, 3 клубня картофеля, 1 луковица, 2 пучка зеленого салата, 1 пучок шпината или щавеля, 1/2 стакана сливок, 60 г сливочного масла, соль, перец, сметана.

Мелко нарезать картофель, лук, зелень. Растопить масло на сковороде и обжарить в нем лук до золотистого цвета. В кастрюлю влить куриный бульон и положить подготовленные продукты.

Закрыв кастрюлю крышкой, варить на медленном огне в течение 15 минут. Процедить суп и протереть массу через сито. Влить получившееся пюре обратно в бульон, добавить сливки, перец и соль и довести до кипения.

Подавать к столу со сметаной.

Суп «Сморчок»

300 г куриного мяса, 500 г сморчков, 2 яичных желтка, 1 стакан сливок, 1 яйцо, 1 столовая ложка сливочного масла, 1 чайная ложка молотого мускатного ореха, 1 столовая ложка белого вина, 1 л куриного бульона, 1 столовая ложка пшеничной муки, зелень.

Пропустить куриное мясо через мясорубку и перемешать фарш с яйцом, вином, мукой и сливочным маслом. Сморчки очистить, прокипятить в подсоленной воде, затем срезать ножки и заполнить шляпки фаршем. Сварить грибы в маленькой кастрюльке в одном стакане куриного бульона, после чего выложить на тарелки.

Грибной бульон процедить и смешать с оставшимся куриным, прокипятить и влить, помешивая, сливки с желтками. Варить суп на сильном огне в течение 5 минут, процедить, добавить мускатный орех и нарезанную зелень.

Разлить бульон по тарелкам с грибами и подать к столу.

Суп «Ассорти»

2 л воды, 1 тушка курицы, 1 телячья нога, 1 луковица, 1 корень петрушки, 1 морковь, 1 стакан овсяной или ячневой крупы, 2 штуки гвоздики, 1/4 чайной ложки сушеного измельченного майорана, соль, перец.

Нарезать лук, морковь и корень петрушки. Уложить в кастрюлю, сверху положить подготовленную птицу и разрубленную телячью ногу, залить водой и варить в течение 30

минут. Добавить приправы, соль и варить еще 20—30 минут, периодически снимая пену. Затем всыпать вымоченную в холодной воде крупу и варить суп до готовности.

Мясо и крупу вынуть из бульона, мясо отделить от костей и нарезать крупными кусками, размягченные овощи протереть через сито. Полученное овощное пюре смешать с крупой и поместить в бульон, туда же положить нарезанное мясо и подать суп к столу.

Куриный суп с раками и цветной капустой

4 стакана воды, 1 тушка курицы, 25 раков, 500 г цветной капусты, 1 морковь, 1 столовая ложка готового ракового масла, 1 корень петрушки, 1 корень сельдерея, 1 маленькая луковица, 10 стеблей спаржи, 2 столовые ложки топленого масла, 1 чайная ложка муки, зелень петрушки, 1/4 лимона, душистый перец, соль по вкусу.

Разрезать курицу на куски, положить в кастрюлю и залить водой. Довести до кипения, вынуть мясо и промыть его под холодной водой. Бульон процедить и залить им курицу, затем посолить, поперчить, положить коренья и варить курицу до мягкости. Добавить лимонную цедру и лимонный сок, топленое масло, измельченную зелень петрушки.

Готовое мясо вынуть из бульона, часть которого (примерно 3 стакана) отлить в отдельную емкость. Растереть муку с раковым маслом и добавить в порцию бульона.

Отварить цветную капусту, отдельно сварить раковые шейки и ножки. Положить все это в приготовленный бульон, добавить спаржу, вскипятить и залить полученной смесью куриное мясо.

Суп «Ко-ко»

200 г отварного куриного филе, 1 морковь, 1 луковица, 4 клубня картофеля, 1 столовая ложка пшена, 1 столовая ложка сливочного масла, 4 стакана воды, 1 лавровый лист, черный молотый перец, соль по вкусу.

Очищенные лук и морковь нарезать, положить в кастрюлю и добавить сливочное масло. Поставить в микроволновую печь и прогревать 1 – 2 минуты на максимальной мощности. Добавить нарезанный соломкой картофель, мясо, лавровый лист, посолить, поперчить и залить водой.

Суп варить 8 – 10 минут при закрытой крышке. Добавить промытое пшено и варить еще 4 минуты на средней мощности.

Суп подавать к столу горячим.

Этот суп можно варить на обычной плите, однако время приготовления придется увеличить.

Суп «Золотистый»

300 г куриного мяса, 1 морковь, 1 корень сельдерея, 1 луковица,

2 столовые ложки вермишели, 2 стакана воды, 1 лавровый лист, черный молотый перец, имбирь, гвоздика, соль.

Мясо вымыть, разрезать на небольшие кусочки и положить в кастрюлю. Добавить нарезанные морковь, лук, корень сельдерея и пряности, посолить. Налить воду, закрыть кастрюлю крышкой и варить 20—25 минут. Всыпать вермишель и варить суп до готовности. Суп можно подавать к столу как в горячем виде, так и в холодном.

Суп «Падишах»

200 г куриного мяса, 2 столовые ложки риса, 1 луковица, 1 морковь, 1 корень сельдерея, 4 стакана воды, соль, черный молотый перец.

Морковь, корень сельдерея нарезать кружочками, лук – кольцами, положить в кастрюлю и прогревать в микроволновой печи 3 – 5 минут на максимальной мощности. В другую кастрюлю положить мясо, нарезанное небольшими кусочками, налить воду, посолить, поперчить и варить 5 – 7 минут.

В бульон опустить рис и овощи и варить суп еще 5 минут на максимальной мощности, а затем 10 минут на средней мощности.

Куриный суп с омлетом и зеленым горошком

Для супа: 150 г куриного мяса, 4 стакана воды, 1 морковь, 2 столовые ложки свежего зеленого горошка, соль.

Для омлета: 2 яйца, 1 столовая ложка сливок, 1 чайная ложка мускатного ореха, соль, молотый перец, 1 столовая ложка сливочного масла.

Куриное мясо мелко нарезать, положить в кастрюлю, залить водой, посолить, поставить на огонь и варить 20—30 минут. Не забывать периодически снимать пену.

Морковь нарезать кружочками, горошек вымыть и откинуть на дуршлаг, дав стечь воде. Положить продукты в кастрюлю с бульоном и варить до готовности.

В отдельной посуде смешать яйца, сливки, мускатный орех, посолить, поперчить. Сковороду смазать маслом и вылить на нее подготовленную смесь. Запечь омлет в духовом шкафу, затем охладить, нарезать кусочками и добавить в суп перед подачей к столу.

Суп-пюре «Волжские просторы»

150 г мяса курицы, 10 г измельченного репчатого лука, 2 столовые ложки пшеничной муки, 30 г сливочного масла, 1/2 стакана молока, 2 стакана воды, соль по вкусу, 2 – 3 корня петрушки.

Для гренок: 30 г пшеничного хлеба.

Сварить куриный бульон с кореньями и луком. Готовую курицу вынуть из бульона, отделить мясо, а кости и кожу вновь

опустить в кастрюлю и варить еще некоторое время.

Мясо курицы 2 – 3 раза пропустить через мясорубку, после чего опустить в кипящий бульон, дать закипеть и осторожно ввести смесь масла и муки. Помешивая, прокипятить. Затем влить в бульон горячее молоко и добавить соль.

Готовый суп по своей консистенции должен быть такой же густоты, как сливки. Подавать его к столу с гренками.

Суп «Обед крестьянина»

200 г ржаного черствого хлеба, 21/2 стакана куриного бульона (можно из кубиков), 6 маринованных помидоров, 2 яичных белка, 1 луковица, 1 зубчик чеснока, 1 столовая ложка топленого масла, 1/2 стакана сливок, 30 г твердого сыра, 1 пучок базилика, соль, черный молотый перец по вкусу.

Развести куриный бульон в горячей воде. Базилик и сыр мелко нарезать. Лук и чеснок нашинковать, слегка обжарить на топленом масле, добавить кусочки хлеба и помидоров, переложить в кастрюлю с бульоном и варить в течение 15 минут.

Взбить белки, предварительно их посолив, перемешать с измельченным базиликом и сыром. Полученную смесь добавить в кипящий бульон и варить в течение 5 минут.

Добавить в суп сливки, посолить и поперчить, подать к столу в горячем виде.

Домашний суп из утки

400 г мяса утки, 1/2 кг картофеля, 1 морковь, 2 луковицы, 3 помидора, 50 г сметаны, 2 пучка зелени, соль и перец по вкусу, 3 стакана воды.

В подсоленной воде отварить утку, периодически снимая с бульона пену. За 30 минут до готовности добавить нарезанные кубиками морковь, картофель, нашинкованный репчатый лук, влить сметану, довести все до кипения, положить нарезанные помидоры, заправить солью и перцем.

Перед подачей к столу разрубить утку на порционные куски, разлить суп по тарелкам и посыпать рубленой зеленью.

Суп «Королева Марго»

1 тушка курицы, 4 стакана воды, 1 стакан консервированного зеленого горошка, 2 моркови, 4 соцветия цветной капусты, 1 пучок петрушки, соль и перец по вкусу.

Курицу тщательно промыть, разрубить на небольшие кусочки, залить водой и варить на слабом огне, постоянно снимая пену. Посолить, поперчить, морковь очистить и нарезать кубиками, положить в кастрюлю, через 5 минут добавить мелко нарезанную цветную капусту. Незадолго до готовности опустить в суп зеленый горошек. Перед подачей к столу посыпать суп мелко нарезанной зеленью.

Суп с клецками

2 л куриного бульона, 300 г вареного куриного мяса, 3 яйца, 100 г муки, 100 г воды, 50 г растительного масла, 1 пучок зелени укропа и петрушки, соль, красный молотый перец.

Вскипятить воду с маслом и солью, всыпать струйкой и размешать муку. Когда масса свернется в ком, убрать с огня, поставить тесто в холодное место на некоторое время, частями ввести в него взбитые веничком 2 яйца.

Вареное куриное мясо пропустить через мясорубку, добавить оставшееся взбитое яйцо. Заварное тесто разделить пополам, в одну половину добавить мелко нарезанную зелень, в другую – много красного молотого перца. Одна половина теста должна быть зеленого, а другая оранжевого цвета.

Чайной ложкой опускать в кипящий бульон небольшие продолговатые клецки, давая им всплыть. При подаче к столу посыпать мелко нарезанной зеленью укропа и петрушки.

Суп с омлетом «Остановись, мгновение!»

Для супа: 1 тушка цыпленка, 2 л воды, 1 морковь, 1 луковица, 1 пучок зелени укропа и петрушки, 1 столовая ложка сливочного масла, соль и молотый перец по вкусу.

Для омлета: 2 яйца, 3 столовые ложки молока, 2 столовые ложки сливочного масла.

Подготовленную тушку разделать на куски, сварить из них бульон. Лук и морковь очистить, нашинковать и обжарить на сливочном масле до золотистого цвета, опустить в бульон. Когда мясо сварится до полуготовности, посолить, поперчить и доварить его. Бульон процедить, из молока и яиц приготовить омлет и нарезать его кусочками.

Перед подачей к столу разлить бульон по тарелкам, поперчить и посыпать мелко нарезанной зеленью укропа и петрушки.

В пирожковую тарелку переложить омлет и также посыпать его измельченной зеленью.

Суп из утки с грибами

1 тушка утки, 100 г перловой крупы, по 1 корню петрушки и сельдерея, 3 сушеных гриба, 4 горошины перца, лавровый лист, 200 г сметаны, 1 пучок зелени петрушки и укропа, соль и перец по вкусу, 2 столовые ложки лимонного сока, 1 л воды.

Подготовленную тушку утки положить в кастрюлю с водой, добавить нарезанные коренья, сушеные грибы, лавровый лист, душистый перец, промытую крупу и варить до готовности. Затем влить сметану и вновь вскипятить.

Для остроты добавить в суп лимонный сок, перед подачей к столу посыпать рубленой зеленью укропа и петрушки. Точно так

же можно приготовить суп из гуся, очищенного от потрохов.

Борщ полтавский

1 курица, 1 большая свекла, треть небольшого кочана капусты, 5 клубней картофеля, 70 г масла или маргарина, 4 – 5 столовых ложек томатной пасты, 2 луковицы, 1 морковь, половина корня петрушки, 3 чайные ложки уксуса, 4 лавровых листа, 3 – 4 горошины перца, перец молотый на кончике ножа, чеснок, сметана, зелень, соль.

Срезать с курицы мясо и положить в холодильник для второго блюда. Сварить бульон из потрохов, шеи, лапок, крылышек и нарубленных костей.

Пока варится бульон, следует заняться приготовлением овощей. Тщательно щеткой промыть свеклу, очистить ее. Залить очистки холодной водой так, чтобы они были едва покрыты, посолить, добавить одну чайную ложку уксуса, довести до кипения, тут же снять с огня и дать настояться.

Очищенную свеклу нарезать тонкой соломкой, чуть посолить, сбрызнуть уксусом, слегка посыпать молотым перцем и потушить в открытой сковороде до мягкости. В середине тушения положить томатную пасту.

Лук, морковь, корень петрушки нарезать соломкой и пассеровать на маргарине или масле. Свекольный настой, пассерованные овощи и бульон соединить в посуде с плотной крышкой и поставить в холодильник.

Перед обедом поставить кастрюлю с бульоном на огонь и подогреть, но не доводить до кипения. Положить в бульон нарезанный брусочками картофель и нашинкованную капусту, варить 15 минут. Затем добавить лавровый лист и варить еще 5 минут. Борщ должен быть слегка недосолен.

В готовый борщ добавить толченый чеснок. Отдельно подать мелко нарезанную зелень и сметану.

Рассольник «Столичный»

300 г курицы, 3 корня петрушки, 1 морковь, 1 корень сельдерея, 1 корень пастернака, 4 луковицы, 100 г щавеля, 100 г зеленого салата или шпината, 2 соленых огурца, 2 столовые ложки муки, 2 столовые ложки растительного масла, 1 яйцо, 4 стакана воды, 1 пучок зелени укропа и петрушки, 1/2 стакана огуречного рассола, соль и перец по вкусу.

Часть курицы сварить, вынуть мясо, бульон процедить. Лук и коренья нашинковать, морковь натереть на крупной терке. Все пассеровать на масле. Отдельно приготовить льезон (смесь из муки и яйца).

В кипящий бульон опустить овощи, нарезанные соленые огурцы и варить 7 минут. Добавить нашинкованные листья

щавеля, салата или шпината, перец, соль по вкусу, огуречный рассол и варить до готовности.

Перед подачей к столу разлить рассольник по тарелкам, положить в каждую кусок вареной курицы, посыпать измельченной зеленью укропа и петрушки и налить ложку льезона.

Грибной рассольник на курином бульоне

300 г куриных спинок, 1/2 л воды, 3 клубня картофеля, 1 луковица, 1 морковь, 100 г соленых грибов, 3 столовые ложки растительного масла, 1 чайная ложка соевого соуса, 1 чайная ложка муки, 1 лавровый лист, соль.

Отварить до готовности куриные спинки, не забывая снимать пену. Бульон процедить и положить в него нарезанные соломкой картофель и соленые грибы.

Мелко нарезанный лук и крупно натертую морковь обжарить на растительном масле до светло-желтого цвета. Добавить муку и при постоянном помешивании ввести соевый соус.

Когда картофель в бульоне сварится, добавить лук с морковью, лавровый лист и посолить по вкусу.

Пельмени с жареным куриным мясом и бульоном

3 л бульона, зелень.

Для теста: 400 г пшеничной муки, 2 яйца, 150 г воды, 20 г куриного жира, соль.

Для фарша: 350 г жареного филе курицы, 150 г цветной капусты, 1 сладкий болгарский перец, 50 г майонеза, 10 г лимонного сока, соль, черный молотый перец.

Из муки, яиц, воды, соли и растопленного куриного жира замесить мягкое тесто. Накрыть его салфеткой и поставить на 40 минут в прохладное место.

Куриное филе и болгарский перец нарезать мелкими кубиками, цветную капусту разобрать на соцветия. Заправить все майонезом, поперчить, посолить, добавить лимонный сок и тщательно перемешать.

Тонко раскатанное тесто разрезать на квадраты, положить на каждый квадратик горку фарша, сложить по диагонали и плотно слепить края. Отварить пельмени в подсоленной воде, переложить в фарфоровую посуду, залить бульоном и подать к столу горячими, посыпать рубленой зеленью.

Пельмени «Сельские»

2 л бульона, зелень.

Для теста: 400 г муки, 1 яйцо, соль, 100 г воды.

Для фарша: 500 г гусиного филе, 3 луковицы, черный молотый перец, соль.

Для заправки: сметана.

Гусиное мясо пропустить через мясорубку, положить в чашку, добавить нашинкованный лук, соль и перец.

Замесить тесто из указанных ингредиентов. На посыпанной мукой разделочной доске тесто раскатать тонким слоем, рюмкой вырезать из него кружочки. На каждый кружок положить немного начинки и защипнуть края теста.

В кастрюлю с кипящей водой опустить пельмени и варить в течение 5 минут после закипания. Готовые пельмени выложить на тарелку, залить бульоном и посыпать измельченной зеленью. Сметану подать отдельно.

Первые блюда из субпродуктов

Острый бульон из говяжьих легких и почек

2 л воды, 200 г говяжьих почек, 300 г говяжьих легких, 3 луковицы, 50 г сливочного масла, 1/2 чайной ложки смеси красного молотого перца, имбиря и куркумы, зелень петрушки, соль по вкусу.

Говяжьи легкие и почки помыть, нарезать крупными кусками, положить в кастрюлю, залить водой, варить на медленном огне до полной готовности, посолить.

Специи разбавить 2 столовыми ложками бульона, смешать с мелко нарезанным, пассерованным в сливочном масле луком и прокипятить.

Куски легких и почек положить в порционные тарелки, залить бульоном, добавить смесь из специй и украсить блюдо мелко нарезанной зеленью петрушки.

Бульон из куриных желудков

2 л воды, 300 г куриных желудков, 1 морковь, 1 луковица, зелень петрушки, соль, черный молотый перец.

Куриные желудки вымыть и нарезать кусками, положить в кастрюлю, залить водой, поставить на огонь и варить 1 час. Добавить в бульон крупно нарезанную морковь, целую луковицу, посолить, поперчить и варить еще 20 минут.

Украсить бульон измельченной зеленью петрушки.

Лапша домашняя на бульоне из гусиных сердец

Для бульона: 2 л воды, 1/2 кг гусиных сердец, 1 морковь, 1 луковица, соль, черный перец горошком, мелко нарезанная зелень петрушки.

Для лапши: 1 яйцо, 1 стакан муки, вода или молоко, соль.

Сварить бульон из разрезанных на 4 части гусиных сердец, целых луковицы и моркови, добавить перец и соль.

Из муки, яйца, соли, воды или молока замесить крутое тесто и раскатать его в тонкий пласт, посыпать сверху мукой и нарезать полосками шириной 5 см. Положить полоски друг на друга в 3 слоя и нашинковать. Выложить нарезанную лапшу на решето. Когда она подсохнет, а сердца будут готовы, добавить в суп и варить еще 15 минут.

Украсить суп мелко нарезанной зеленью петрушки.

Суп из говяжьего сердца и щавеля «Весенний»

2 л воды, 300 г говяжьего сердца, 2 пучка щавеля, 2 клубня картофеля, 1 морковь, 1 корень петрушки, 2 небольшие луковицы, 2 яйца, 50 г сливочного масла, 1 пучок зелени петрушки, соль, пряности.

Говяжье сердце помыть, нарезать небольшими кусками и

отварить в подсоленной воде. В бульон добавить пряности, мелко нарезанный щавель, нарезанный кольцами лук и взбитые яйца.

Картофель, морковь и корень петрушки почистить, натереть на крупной терке, пассеровать на сливочном масле и добавить в суп. Варить еще 5 минут.

Готовое блюдо украсить измельченной зеленью петрушки.

Суп из гусиных сердец и яблок

2 л воды, 500 г гусиных сердец, 5 – 6 клубней картофеля, 1 стакан консервированного горошка, 2 яблока, 1 луковица, 2 столовые ложки сметаны, 1 корень петрушки, 1 лавровый лист, красный молотый перец на кончике ножа, соль, пучок зелени петрушки.

Гусиные сердца помыть, разрезать каждое на 4 части, отварить в подсоленной воде. В бульон добавить лавровый лист, нарезанную кольцами луковицу, измельченный корень петрушки и перец. Варить 1 час.

Добавить в суп нарезанный соломкой картофель, консервированный горошек и мелко нарезанные яблоки, предварительно очищенные от кожицы и семян. Варить еще 20—30 минут.

Украсить готовый суп измельченной зеленью петрушки. Заправить сметаной.

Суп-пюре из печени и овощей

1 л мясного или овощного бульона, 200 г печени, 2 моркови, 2 луковицы, 2 столовые ложки сливочного масла, 6 столовых ложек муки, 11/2 стакана молока, 1 яйцо, рубленая зелень петрушки, соль.

Печень нарезать маленькими кусочками, обжарить в сливочном масле, добавить измельченную морковь и лук, слегка обжарить, влить немного бульона и тушить до готовности, затем протереть через сито.

Приготовить белый соус, соединив обжаренную на масле муку, молоко и яйцо. Перемешать соус с пюре, посолить, добавить бульон и варить 5 минут. Готовое блюдо украсить зеленью.

Суп из огурцов и свиной печени

2 л воды, 500 г свиной печени, 3 огурца, 2 луковицы, 3 столовые ложки подсолнечного масла, соль, перец, пучок зелени укропа.

Печень помыть и нарезать соломкой. Одну половину порции отварить в подсоленной воде, вторую половину обжарить на подсолнечном масле.

Огурец и лук очистить, разрезать поперек и потомить в 1/2 стакана бульона на медленном огне около 15 минут. Затем взбить

эту массу миксером, добавить соль и перец, смешать с обжаренными кусочками печени, опустить в бульон и варить еще 5 минут.

Готовый суп посыпать мелко нарезанной зеленью.

Суп из свиной печени, пшена и помидоров

3 л воды, 400 г свиной печени, 1 – 2 луковицы, 1 – 2 моркови, 5 – 6 небольших клубней картофеля, 3 помидора, 1/2 стакана пшена, 60 г сливочного масла, 1/2 стакана сметаны, зелень и соль.

Печень помыть, мелко нарезать, варить в подсоленной воде до готовности.

Лук нашинковать, положить в глубокую сковороду и обжарить на сливочном масле. Морковь и помидоры помыть, снять кожицу и добавить в сковороду, когда лук начнет приобретать золотистый оттенок. Накрыть крышкой сковороду и тушить овощи на медленном огне 10—15 минут.

Нарезанный соломкой картофель и промытое пшено положить в кипящий бульон. За 5 минут до готовности тушеные овощи переложить из сковороды в кастрюлю.

Перед подачей к столу суп украсить измельченной зеленью и заправить сметаной.

Суп из лука и говяжьих почек

2 л воды, 300 г говяжьих почек, 6 – 7 луковиц, зелень петрушки и укропа, 100 г белого хлеба, 1 столовая ложка красного крепленого вина, 1 столовая ложка сливочного масла, 1 столовая ложка топленого масла, сыр, соль, перец.

Говяжьи почки помыть, нарезать небольшими кусками, положить в кастрюлю, залить водой и варить на медленном огне 2 часа.

Сыр натереть на терке. Почистить лук. 3 луковицы нарезать кольцами, остальные измельчить и поставить на медленный огонь пассероваться в сливочном масле, накрыв сковороду крышкой.

Нарезанный кольцами лук частями обжарить в топленом масле. Переложить его в кастрюлю с бульоном и варить до готовности, добавить красное вино, соль и перец.

Перед подачей к столу украсить суп измельченным поджаренным хлебом, тертым сыром и мелко нарезанной зеленью петрушки и укропа.

Суп с заячьими почками, картофелем и перцем

2 л воды, 400 г заячьих почек, 7 клубней картофеля, 2 сладких перца, 2 луковицы, 1 столовая ложка белого вина, 2 столовые ложки сливочного масла, 3 столовые ложки сметаны, тмин, черный и красный молотый перец, зелень, соль.

Заячьи почки помыть, мелко нарезать и варить в подсоленной воде 1 – 1,5 часа. В бульон добавить 1 луковицу, разрезанную на 4

части, перец и тмин. Готовый бульон процедить.

Картофель, сладкий перец и вторую луковицу нарезать кубиками. В сливочном масле поджарить овощи, поперчить, посолить, переложить в бульон и варить в закрытой посуде в течение 20 минут. Добавить в суп вино и варить еще 2 – 3 минуты.

Украсить готовое блюдо мелко нарезанной зеленью и заправить сметаной.

Суп из куриных желудков

2 л воды, 400 г куриных желудков, 5 клубней картофеля, 4 столовые ложки пшена, 1 морковь, 1 луковица, 1 корень петрушки, 1 пучок зелени, соль, 2 столовые ложки растительного масла.

В подсоленной воде отварить до готовности куриные желудки. Выложить их на отдельную тарелку, а бульон процедить. Дать ему отстояться, охладить и снять жир, затем вновь довести до кипения.

Пшено залить кипятком за 15 минут до начала варки, промыть и выложить в кипящий бульон. На растительном масле пассеровать измельченные корень петрушки, морковь и репчатый лук, положить их в кастрюлю с бульоном. За 20 минут до конца варки в суп добавить нарезанный кубиками картофель.

Куриные желудки нарезать небольшими кусочками и положить в каждую тарелку. Перед подачей к столу посыпать суп рубленой зеленью.

Суп с индюшачьими желудками, грибами и лапшой

2 л воды , 300 г индюшачьих желудков, 200 г свежих шампиньонов, 1 луковица, 1 лавровый лист, 1 корень петрушки, 1 морковь, 1 столовая ложка растительного масла, 60—80 г лапши, измельченная зелень петрушки, соль, перец.

Индюшачьи желудки помыть, нарезать небольшими кусками и отварить в подсоленной воде до готовности. В бульон добавить лавровый лист, очищенную и разрезанную на 4 части луковицу, перец и измельченный корень петрушки.

Мелкие грибы разрезать пополам, а крупные нарезать кусками. Морковь очистить и натереть на крупной терке.

Грибы и морковь положить в бульон и варить на слабом огне 10—15 минут, затем добавить отдельно сваренную лапшу и заправить суп маслом.

Готовое блюдо украсить измельченной зеленью петрушки.

Суп с грибами и говяжьими легкими

11/2 л воды, 300 г говяжьих легких, 600 г свежих грибов, 200 г ягод клюквы, 1 лавровый лист, 6 клубней картофеля, 1 корень петрушки, 1 луковица, 50 г сливочного масла, перец, зелень укропа, соль по вкусу.

Говяжьи легкие помыть, нарезать небольшими кусками и отварить в подсоленной воде. В бульон добавить лавровый лист и перец. Варить 1 час.

Очищенные грибы обдать кипятком, откинуть на сито, нарезать ломтиками и выложить в бульон из говяжьих легких.

Затем добавить в него измельченный корень петрушки и нарезанный кубиками картофель.

Луковицу измельчить, обжарить на сливочном масле и добавить в суп за 5 минут до готовности. Украсить блюдо измельченной зеленью укропа и свежими ягодами клюквы.

Суп «Русская сказка»

11/2 л воды, 1 говяжий язык, 3 моркови, 4 клубня картофеля, 1/4 кочана капусты, 2 столовые ложки красного вина, 1 лавровый лист, 1 корень сельдерея, 1 луковица, 4 столовые ложки растительного масла, зелень петрушки, соль и пряности по вкусу.

Говяжий язык помыть, очистить, отварить в подсоленной воде. Вынуть готовый язык из бульона, нарезать кружками, натереть чесноком и сбрызнуть красным вином. В бульон добавить лавровый лист и пряности. Готовый бульон процедить.

Измельчить и пассеровать на масле лук. Морковь и корень сельдерея нарезать кубиками и положить в сковороду с луком. Добавить немного воды и тушить, помешивая, 10—15 минут.

Нашинковать капусту, кубиками нарезать картофель, положить в сковороду и тушить вместе с остальными овощами.

Готовые овощи и кусочки языка переложить в бульон, довести до кипения и варить еще 15 минут.

Украсить блюдо измельченной зеленью петрушки.

Суп из легких и бородинского хлеба

2 л воды, 300 г свиных легких, 1/4 часть буханки бородинского хлеба, 6 соленых помидоров, 2 яйца, 1 луковица, 1 зубчик чеснока, 30 г тертого сыра, 1/2 стакана сметаны, 1 столовая ложка растительного масла, тмин, базилик, молотый черный перец, соль.

Свиные легкие помыть, нарезать крупными кусками, залить водой и варить 1 – 1,5 часа. Добавить в бульон целую луковицу, посолить, поперчить и варить еще 20 минут.

Базилик и сыр измельчить, смешать с тмином. Оставшуюся луковицу и чеснок нашинковать, поджарить на растительном масле и смешать с кусочками хлеба и помидоров. Полученную массу переложить в кастрюлю с бульоном и варить 15 минут.

Взбить яйца со сметаной, солью, сыром и измельченным базиликом. Полученную смесь опустить в кипящий суп и варить еще 5 минут.

Суп-пюре со свиным языком и свеклой

2 л воды, 300 г свиного языка, 11/2 кг свеклы, 2 столовые

ложки муки, 3 – 4 столовые ложки сметаны, 100 г сливочного масла, 1 столовая ложка уксуса, зелень, сахар, перец и соль по вкусу.

Свиной язык помыть, очистить, нарезать соломкой и варить в подсоленной воде 2 – 3 часа.

Свеклу помыть, сварить, натереть на крупной терке, положить в кастрюлю, добавить 6 – 8 столовых ложек горячей воды, уксус и сливочное масло. Довести до кипения.

Муку обжарить на сливочном масле.

Свеклу протереть через сито и выложить в бульон. В суп добавить поджаренную на сливочном масле муку, сахар, соль, перец и прокипятить.

Готовое блюдо украсить мелко нарезанной зеленью и заправить сметаной.

Щи из гусиных потрохов

1 л воды, 4 стакана капустного рассола, 400 г гусиных потрохов, 1 морковь, 2 луковицы, по 2 корня петрушки и сельдерея, 10 клубней картофеля, 2 стакана риса, 4 столовые ложки сметаны, соль, красный перец по вкусу, зелень укропа.

Потроха тщательно вымыть и отварить в подсоленной воде. В кипящий бульон опустить нарезанные соломкой морковь, корни петрушки и сельдерея, репчатый лук, промытый рис и нарезанный кубиками картофель. Варить в течение 15 минут.

В конце варки в суп влить процеженный капустный рассол. Довести до кипения, после чего заправить красным перцем, сметаной, мелко нарубленной зеленью укропа и подать к столу.

Пельмени из говяжьих почек

Для бульона: 2 л воды, 300 г говяжьего легкого, соль, перец горошком, 1 луковица, 1 лавровый лист.

Для теста: 400 г муки, 1 яйцо, 200 г молока, соль, кунжутное масло.

Для фарша: 500 г говяжьих почек, 3 луковицы, 1/2 чайной ложки белого молотого перца, 50 г говяжьего жира, соль.

Говяжьи легкие помыть, нарезать небольшими кусками и отварить в подсоленной воде. В бульон добавить лавровый лист, разрезанную на две половины луковицу и перец. Готовый бульон процедить и охладить.

Предварительно вымоченные говяжьи почки и говяжий жир пропустить через мясорубку, положить в сотейник, добавить мелко нарезанный лук, соль и перец. Все составляющие хорошо смешать.

В подогретое молоко вбить яйцо, соль и кунжутное масло, засыпать часть муки и хорошо вымешать, затем добавить остальную муку, замесить густое тесто и оставить его под

крышкой на некоторое время. После этого раскатать тесто тонким пластом, выдавить рюмкой кружочки диаметром 6 см. Положить на каждый по 1 чайной ложке фарша и защипнуть края.

Пельмени, приготовленные таким образом, отваривать в воде в течение 10 минут. Затем слить воду, выложить готовые пельмени в глубокое блюдо и залить их горячим бульоном.

Пельмени «Корасон»

Для бульона: 2 л воды, 200 г печени, соль, перец горошком, 1 луковица, 1 лавровый лист.

Для теста: 300 г муки, 200 г воды, 1 яйцо, соль.

Для фарша: 600 г говяжьего сердца, 300 г картофеля, 2 луковицы, 3 столовые ложки растительного масла, 1 корень петрушки, 100 г сметаны, 1 репа, соль, перец.

Печень помыть, нарезать небольшими кусками и отварить в подсоленной воде. Добавить перец, целую луковицу и лавровый лист. Готовый бульон процедить.

Сердце пропустить через мясорубку, обжарить на растительном масле, добавить картофель, нарезанный мелкими кубиками, нашинкованный лук, измельченный корень петрушки и репу, натертую на терке с мелкими отверстиями. Тушить получившуюся массу на медленном огне 15 минут, затем добавить в нее сметану, посолить и поперчить. Выварить весь сок, образовавшийся при жарке, и остудить.

Приготовить обыкновенное пельменное тесто. Раскатать его в тонкий пласт, поделить на равные квадратики размером 5 х 5 см, выложить на них фарш и соединить края. Отварить пельмени в кипящей воде, выложить их в глубокую миску и залить бульоном.

Пельмени с ливером

Для бульона: 2 л воды, 100 г сердца, соль, перец горошком, 1 луковица, лавровый лист, рубленая зелень петрушки.

Для теста: 2 стакана муки, 50 г воды, 2 яйца, соль.

Для фарша: 400 г легкого, 130 г печени, 150 г сердца, 2 луковицы, 2 столовые ложки муки, 30 г растительного масла, 50 г сливочного масла, соль, перец, панировочные сухари.

Сердце помыть, нарезать кусками и варить в подсоленной воде 1 – 1,5 часа. В бульон добавить перец, разрезанную на 4 части луковицу и лавровый лист. Готовому бульону дать отстояться.

Легкое разрезать на небольшие куски и отварить в подсоленной воде до готовности. Печень и сердце нарезать кусками, посолить, поперчить, обвалять в сухарях и обжарить на растительном масле. Готовые легкое, сердце, печень и репчатый лук пропустить через мясорубку, посолить, поперчить, добавить муку, сливочное масло и все тщательно перемешать.

В воде развести соль и яйцо. Полученную смесь вылить в просеянную муку и замесить крутое тесто. Раскатать небольшие кружочки, на середину каждого выложить немного фарша и соединить края. Пельмени варить в бульоне 10—15 минут. Подавать к столу вместе с горячим бульоном. Блюдо украсить зеленью петрушки.

Первые блюда из готовых мясных изделий

Бульон с вареной колбасой и морковью

2 л воды, 300 г вареной колбасы, 3 моркови, 1 луковица, зелень петрушки, соль, черный молотый перец.

Колбасу нарезать кусками, положить в кастрюлю, залить водой, варить 10 минут на слабом огне.

Добавить в бульон целые морковь, луковицу, поперчить, посолить и варить еще 15 минут.

Готовое блюдо посыпать измельченной зеленью петрушки.

Бульон из копченой говяжьей колбасы и лука

2 л воды, 400 г копченой говяжьей колбасы, 2 луковицы, 3 яйца, 2 столовые ложки растительного масла, красный молотый перец, соль по вкусу, зелень петрушки.

Колбасу мелко нарезать, положить в кастрюлю и залить холодной водой. Довести до кипения, посолить, поперчить и варить на медленном огне 5 минут.

Лук мелко нарезать, пассеровать в растительном масле. Яйца взбить миксером, смешать с луком и добавить в бульон. Варить 10 минут.

Готовое блюдо украсить измельченной зеленью.

Лапша домашняя на бульоне из копченого мяса

Для бульона: 2 л воды, 1 кг копченого мяса свинины, 1 луковица, мелко нарезанная зелень петрушки.

Для лапши: 1 яйцо, 1 стакан муки, вода, соль.

Из муки, яйца, соли, воды замесить крутое тесто, раскатать его в тонкий пласт, посыпать сверху мукой и нарезать полосками шириной 5 см. Положить полоски друг на друга в несколько слоев и нашинковать. Выложить лапшу на решето и дать ей подсохнуть.

Сварить бульон из воды, нарезанного мелкими кусками копченого мяса и лука. Добавить в него лапшу и варить еще 20 минут.

Украсить готовое блюдо мелко нарезанной зеленью петрушки и подать к столу.

Галушки гречневые в бульоне из копченого сала

2 л воды, 100 г копченого свиного сала, 2 яйца, 3 луковицы, 2 стакана гречневой муки, соль.

В просеянную муку разбить яйца, посолить и замесить крутое тесто. Раскатать пласт теста и нарезать из него галушки.

Сало и лук мелко нарезать, пассеровать и посолить.

Поместить все это в кипящую воду и вскипятить.

В бульон всыпать галушки, варить 30 минут. Подавать галушки с бульоном, в котором они варились.

Клецки с колбасой

Для бульона: 2 л воды, 100 г колбасы, соль, перец горошком, 1 луковица, 1 лавровый лист.

Для фарша: 250 г колбасы, 1 луковица, 1 столовая ложка смальца, черный молотый перец.

Для клецек: 2 столовые ложки масла, 1 пучок зелени петрушки, 1 столовая ложка муки, 100 г сметаны, 6 клубней картофеля, соль.

Колбасу для бульона мелко нарезать, положить в кипящую воду, посолить, добавить перец, целую луковицу, лавровый лист и варить 10 минут.

Для приготовления фарша очищенную колбасу пропустить через мясорубку. Лук мелко нарезать и обжарить на смальце до золотистого цвета. Добавить колбасный фарш, перец и тщательно перемешать полученную массу.

Очищенный и промытый картофель натереть на крупной терке, отжать сок и дать ему отстояться до тех пор, пока не осядет крахмал. Слить жидкость, крахмал соединить с картофельной массой, посолить и перемешать.

Из картофельной массы слепить лепешки диаметром 5 см, положить на них фарш, закатать шарики, обвалять их в муке, обжарить в масле, переложить в кастрюлю, залить сметаной и бульоном. Варить на медленном огне 20 минут.

Подавать клецки с бульоном, в котором они варились. Блюдо украсить мелко нарезанной зеленью.

Суп «Деревенька»

2 л воды, 50 г копченого сала с прожилками, 4 столовые ложки кислой капусты, 1 луковица, 1 столовая ложка топленого масла, 3 столовые ложки сливок или сметаны, 1 клубень картофеля, соль, черный молотый перец.

Сало нарезать кубиками и положить в кастрюлю, туда же добавить нарезанный кольцами лук, масло и тушить 5 – 7 минут. Влить воду, положить хорошо отжатую капусту, нарезанный картофель, посолить, поперчить, закрыть кастрюлю крышкой и варить суп на среднем огне до готовности.

Перед подачей к столу заправить суп сливками или сметаной.

Рисовый суп с молочными сосисками и помидорами

2 л воды, 300 г молочных сосисок, 1/3 стакана отваренного риса, 500 г помидоров, 2 клубня картофеля, 400 г белой консервированной фасоли, 1 баклажан, 4 моркови, 1 цуккини, 1 луковица, 1 зубчик чеснока, паприка, черный молотый перец, зелень

(базилик, петрушка), соль.

Сосиски нарезать кусочками, залить водой и варить на медленном огне 5 минут. Картофель, цуккини, баклажан, лук, морковь почистить и измельчить. Чеснок пропустить через пресс. Все соединить с сосисками и варить до готовности.

Помидоры пробланшировать, снять кожицу, нарезать кубиками и добавить в суп. Варить 10 минут. Затем положить рис и фасоль, поперчить, посолить и варить еще 15 минут.

Готовый суп украсить измельченной зеленью.

Суп по-итальянски

11/2 л воды, 3 моркови, 1 корень петрушки, 200 г шпика, 1 луковица, 4 помидора, 4 сосиски, тертый сыр, тмин, перец и соль по вкусу.

Нарезать шпик и обжарить на разогретой сковороде вместе с мелко нарезанным луком. Очистить коренья, нарезать и залить горячей водой. Когда суп закипит, добавить в него поджаренный с луком шпик и проварить еще 3 – 5 минут.

Подавая суп к столу, положить в каждую тарелку по ломтику свежего помидора и сосиске. Сосиски предварительно подогреть и нарезать. Посыпать суп тертым сыром и тмином.

Суп с манной крупой и копченой колбасой

1 л воды, 100—150 г копченой колбасы, 3 – 4 небольших клубня картофеля, 4 столовые ложки манной крупы, 1 небольшая луковица, сливочное масло, соль по вкусу.

Картофель нарезать и положить в кастрюлю с кипящей водой, добавить манную крупу и соль. Поджарить на сливочном масле нарезанную небольшими кусочками колбасу, после чего переложить ее в кастрюлю с супом. Варить 15 минут.

Свекольник с ливерной колбасой

2 л воды, 500 г ливерной колбасы, 1 свекла, 1 луковица, 3 столовые ложки сливочного масла, 1 столовая ложка муки, 2 столовые ложки сметаны, 1 пучок зелени петрушки, соль и перец по вкусу.

Свеклу очистить, натереть на крупной терке и пассеровать в сливочном масле. Добавить к ней измельченный лук и обжарить.

Нарезанную кубиками колбасу залить водой, посолить, поперчить и варить под крышкой 10 минут. Муку развести водой и вместе с обжаренными овощами добавить в бульон.

Готовый суп заправить сметаной и украсить мелко нарубленной зеленью.

Солянка с копчеными свиными сардельками и капустой

2 л воды, 500 г копченых свиных сарделек, 1/2 кг квашеной капусты, 4 соленых огурца, 100 г ветчины, 1 стакан томатной пасты, 3 столовые ложки растительного масла, молотые сухари,

зелень петрушки.

Ломтики сарделек и ветчины обжарить в растительном масле вместе с томатной пастой. Очищенные соленые огурцы нарезать ломтиками, слегка потушить, перемешать с мясными продуктами и квашеной капустой, и залить водой. Варить на медленном огне 20 минут.

Готовое блюдо посыпать сухарями и мелко нарезанной зеленью.

Солянка с вяленым мясом и огурцами

2 л воды, 200 г вяленого говяжьего мяса, 2 соленых огурца, 50 г маслин, 100 г ягод брусники, 2 луковицы, 3 столовые ложки томата-пюре, 1 столовая ложка муки, 2 – 3 столовые ложки растительного масла, зелень петрушки, соль, сахар, перец.

Вяленое мясо мелко нарезать, залить водой, посолить, поперчить и варить 10 минут. Добавить поджаренный на растительном масле лук, томат-пюре, сахар и тушить 10 минут. Затем добавить поджаренную с маслом муку, размешать и прокипятить.

Нарезанные соломкой огурцы слегка поджарить, накрыть крышкой, тушить 5 минут, затем добавить в солянку и варить 10 минут.

При подаче к столу блюдо украсить мелко нарезанной зеленью, маслинами и брусникой.

Пельмени с колбасой

Для бульона: 2 л воды, соль, перец горошком, 1 луковица, лавровый лист.

Для теста: 2 стакана муки, 150 г кипятка, 3 столовые ложки растительного масла, соль.

Для фарша: 200 г вареной колбасы.

Для заправки: 1 стакан сметаны или томатного соуса.

Нарезать колбасу мелкими кубиками. В растительное масло влить кипяток, всыпать муку и соль, быстро замесить тесто и сразу его раскатать. Тонким стаканом нарезать кружки диаметром 5 см, положить на каждый кружок начинку из колбасы, слепить пельмени и отварить их в бульоне до готовности.

Перед подачей к столу пельмени залить бульоном. Сметану или томатный соус подать отдельно.

РЫБНЫЕ СУПЫ

По своим кулинарным и питательным свойствам рыба ни в чем не уступает мясу. Она легко усваивается организмом, содержит много минеральных веществ, жиров и белковых соединений. Рыба богата витаминами D и А.

Пищевая ценность рыбы определяется в первую очередь количеством содержащихся в ней жиров. Известно, что самые жирные виды являются также и самыми вкусными. В этом плане для кулинаров особый интерес представляют лососевые и осетровые рыбы, миноги и угри. Однако есть и исключения. Одна из самых жирных рыб – хамса считается гораздо менее ценной, чем судак, в организме которого содержание жиров невелико.

Бульон обычно готовится из условно-съедобных частей рыбы, к которым относятся ее плавники, кожа, кости, голова и хвост. Их моют, закладывают в кастрюлю, заливают холодной водой и доводят до кипения. Мелкую рыбу варят целиком, а крупную потрошат и делят на части. При желании в бульон можно добавить рыбное филе, которое режут мелкими кусочками и опускают в суп за 10—15 минут до его готовности.

Если бульон в дальнейшем будет использоваться в качестве основы для соусов, солить его в процессе варки не следует.

Светлый рыбный бульон

11/2 л воды, 600 г рыбьих голов и костей, 3 луковицы, 3 столовые ложки белого сухого вина, 1 морковь, 1 лавровый лист, соль.

Из голов свежей рыбы удалить жабры. Головы и крупные кости хорошо промыть, положить в кастрюлю, залить водой и довести до кипения. Убавить огонь, с поверхности бульона снять пену, добавить вино, лук, нарезанную кольцами морковь, лавровый лист, соль и варить 1 час.

Готовый бульон процедить. Если бульон необходимо хранить, то нужно вскипятить его еще раз, перелить в емкость с плотно закрывающейся крышкой и поставить в холодильник.

Рыбные галушки в бульоне

Для бульона: 2 л воды, 300 г рыбьих голов и костей, 1 лавровый лист, соль.

Для галушек: 600 г рыбного филе, 2 луковицы, 1 яйцо, 1 свекла, 100 г моркови, 2 веточки петрушки, 2 зубчика чеснока, 1 ломтик белого хлеба, перец, соль, 1 лавровый лист.

Рыбное филе пропустить через мясорубку вместе с луком и размоченным в бульоне белым хлебом. Заправить фарш сырым яйцом, чесноком, перцем и солью.

Сварить мелко нарезанные петрушку, свеклу, морковь и смешать их с рыбным фаршем.

Сформировать из полученного фарша галушки, опустить в кипящий бульон из рыбьих голов и костей и варить до готовности.

К столу галушки подавать в глубоком блюде вместе с бульоном, в котором они варились.

Суп с рыбными консервами

2 л воды, 1 банка рыбных консервов, 1 морковь, 1 луковица, 6 клубней картофеля, 1 столовая ложка сливочного масла, 3 – 4 горошины черного перца, рубленая зелень петрушки, соль по вкусу.

Картофель почистить, нарезать соломкой и залить кипящей водой. Обжарить в масле мелко нарезанные лук и морковь и вместе с рыбными консервами положить в картофельный отвар. Посолить и поперчить, варить суп 15 минут.

Украсить блюдо нарезанной зеленью петрушки.

Суп «Сибирская рыбка»

Для супа: 1 л рыбного светлого бульона, 2 клубня картофеля, 1 морковь, шафран на кончике ножа.

Для пельменей: 100 г муки, 2 яйца, 2 луковицы, 150 г филе сома, 1/2 стакана воды, соль, перец.

Филе сома, яйцо и лук пропустить через мясорубку, посолить, поперчить.

Для приготовления теста смешать оставшееся яйцо, соль, воду и муку. Замесить крутое тесто.

Раскатать его и с помощью рюмки вырезать круги диаметром 5 см. На каждый положить фарш и защипнуть края.

Очищенные и нарезанные соломкой картофель и морковь варить в рыбном бульоне 10 минут. Добавить шафран, положить в кипящий суп пельмени и варить 15 минут.

Уха с картофелем и помидорами

2 л воды, 600—800 г судака, 1 корень петрушки или сельдерея, 1 луковица, 6 клубней картофеля, 5 помидоров, 2 столовые ложки сливочного масла, 2 лавровых листа, 5 горошин черного перца, соль, зелень петрушки.

Рыбу очистить, выпотрошить, помыть, нарезать порционными кусками, посолить и поставить в холодное место.

Картофель очистить, помыть и нарезать. Лук очистить и нарезать кубиками, а помидоры – ломтиками.

Из голов и плавников сварить бульон, процедить его, снова довести до кипения, добавить картофель, репчатый лук, корень петрушки или сельдерея и варить 15 минут, затем добавить куски рыбы, пряности, помидоры и варить еще 15—25 минут.

Готовый суп заправить сливочным маслом и украсить мелко

нарезанной зеленью петрушки.

Суп с кальмарами

2 л воды, 300 г кальмаров, 3 – 4 клубня картофеля, 1 луковица, 1 морковь, по 1 корню петрушки и сельдерея, 1 столовая ложка сливочного масла, 2 столовые ложки риса, 1 лавровый лист, черный молотый перец, зелень петрушки, соль.

Кальмары очистить от пленки, помыть и нарезать соломкой. Мелко нарезать картофель, лук, морковь, корни петрушки и сельдерея, положить их в кастрюлю, добавить масло и тушить на сильном огне 15—20 минут. Залить овощи водой и варить еще 10 минут.

Добавить промытый рис, лавровый лист, посолить, поперчить. Положить в суп подготовленные кальмары и варить 10 минут.

Украсить готовое блюдо мелко нарезанной зеленью петрушки.

Уха

2 л рыбного бульона, 11/2 кг судака, 5 штук моркови, 2 клубня картофеля, 2 луковицы, корни петрушки и сельдерея, зелень укропа, эстрагон, 1 лавровый лист, перец, соль.

Бульон процедить, положить в него нарезанный соломкой картофель, измельченные лук, морковь и корни петрушки и сельдерея. Варить все 15—20 минут, затем добавить лавровый лист, перец и варить еще 5 минут.

Положить в суп куски рыбы и варить 20 минут в открытой посуде. Добавить в уху эстрагон и соль, закрыть кастрюлю крышкой и держать на огне 5 минут. При подаче к столу посыпать уху рубленой зеленью.

Уха с картофелем

1 л воды, 1 кг красноперок, 1 корень петрушки, 1 луковица, 2 лавровых листа, 5 – 7 горошин черного перца, 3 – 4 крупных клубня картофеля, зелень укропа и петрушки, соль.

Мелкую рыбу выпотрошить, помыть, положить в кастрюлю или котелок, залить водой, добавить очищенный лук, корень петрушки, соль, пряности и сварить бульон. Картофель очистить и нарезать кубиками.

Бульон процедить, добавить картофель и варить до готовности. В готовую уху добавить мелко нарезанную зелень.

Уха из камбалы

1 л воды, 700 г камбалы, 5 клубней картофеля, 2 луковицы, 2 корня сельдерея, 2 столовые ложки сливочного масла, соль, лимонный сок, перец.

Камбалу очистить, выпотрошить, помыть и нарезать порционными кусками. Из голов, хвостов, кожи, костей и

плавников сварить бульон и процедить его.

Филе камбалы поперчить, посолить, положить в кастрюлю или котелок. Добавить очищенные и мелко нарезанные лук и картофель, целые корни сельдерея.

Долить рыбный бульон, накрыть кастрюлю крышкой и варить уху при слабом кипении до готовности.

Заправить блюдо сливочным маслом и лимонным соком.

Уха из морского окуня

1 л воды, 1 кг морского окуня, 2 луковицы, 2 лавровых листа, соль, перец, 1 столовая ложка сливочного масла, зелень петрушки, укропа и сельдерея.

Очищенного и промытого окуня положить в кастрюлю или котелок, залить водой и довести до кипения.

Затем снять пену, добавить нарезанный лук, перец, лавровый лист, соль и варить 30 минут.

Перед подачей к столу заправить уху сливочным маслом и украсить мелко нарубленной зеленью укропа, петрушки или сельдерея.

Уха «Колючая»

Для супа: 2 л воды, 1/2 кг ершей, лимон, зелень укропа или петрушки.

Для теста: 11/2 стакана муки, соль, вода.

Для фарша: 1/2 кг щуки, соль, перец, 1 луковица, 2 столовые ложки растительного масла, 100 г белого хлеба, мускатный орех.

Ершей почистить, помыть, разрезать на порционные куски, положить в кастрюлю, залить холодной водой и варить на слабом огне 30 минут. Добавить ломтик лимона и рубленую зелень.

Щуку почистить, удалить кости, посолить и переложить в глубокую посуду. Добавить перец и мелко нарезанную луковицу, предварительно нарезанную и обжаренную в растительном масле.

Хлеб размочить в рыбном бульоне. Пропустить все через мясорубку и смешать с мускатным орехом.

Приготовить крутое тесто, смешав муку, соль и воду. Тонко раскатать его в два пласта. По всей поверхности одного из них разложить рыбный фарш, накрыть вторым пластом и вырезать пельмени выемкой в форме месяца. Тщательно скрепить края, смазывая их водой. Варить пельмени в соленой воде 7 – 8 минут.

Готовые пельмени разложить по глубоким мискам. Положить в каждую по ломтику лимона и мелко нарезанный укроп (можно добавить петрушку). Залить пельмени ухой из ершей.

Борщ холодный с рыбой

2 л свекольного бульона, 200 г вареной белуги, севрюги и осетрины, 200 г судака, окуня и трески, 300 г свеклы, 3 моркови, 4 свежих огурца, 2 сваренных вкрутую яйца, 1 стакан сметаны, 1

столовая ложка столового уксуса, зелень, сахар, соль по вкусу.

Отварить крупными кусками в одной кастрюле белугу, осетрину и севрюгу, в отдельной посуде – остальную рыбу, нарезанную порционными кусками. Готовую рыбу вынуть из кастрюли, бульон охладить и процедить.

В свекольном бульоне сварить мелко нарезанные и очищенные свеклу, морковь и огурцы. В получившийся суп добавить уксус и сахар, посолить.

В глубокое блюдо положить куски рыбы и залить их свекольным супом. Украсить борщ измельченными яйцами и зеленью, заправить сметаной.

Рыбная солянка

2 л воды, 1 кг рыбы, 6 – 8 свежих белых грибов, 1 луковица, 2 столовые ложки сливочного масла, 2 столовые ложки муки, 2 столовые ложки квашеной капусты, 2 – 3 соленых огурца, огуречный рассол, 2 лавровых листа, 7 – 9 горошин черного перца, зелень петрушки.

Грибы и огурцы очистить, помыть и нарезать ломтиками. Лук очистить, нарезать колечками, обжарить в масле и посыпать мукой. Рыбу очистить, выпотрошить, помыть и нарезать кусками.

Выложить в кастрюлю или котелок грибы, лук, капусту, огурцы, пряности, залить водой и варить 20—25 минут. Добавить подготовленную рыбу и варить еще 10—15 минут, затем влить огуречный рассол, добавить мелко нарезанную зелень петрушки и варить еще 3 – 4 минуты.

Солянка с рыбной запеканкой

2 л воды, филе 1 крупной рыбы, 2 очищенных соленых огурца, 1 чайная ложка томатной пасты, 2 луковицы, бульон, 15 г сыра, панировочные сухари, подсолнечное масло, 1/3 кг квашеной капусты.

Для солянки небольшие куски рыбы припустить. Огурцы измельчить, перемешать в кастрюле с томатной пастой и поджаренным луком, добавить бульон и кипятить 5 – 10 минут в закрытой посуде.

Для запеканки сковороду смазать маслом, 1/2 часть капусты выложить на сковороду, сверху положить кусочки рыбы и тушеные овощи, покрыть их оставшейся частью капусты, сверху положить тертый сыр и молотые сухари, смазать маслом и выпекать в духовке.

Готовую запеканку нарезать небольшими кусками, посыпать молотыми сухарями и залить солянкой.

Легкая солянка из карасей

2 л воды, 3 небольших карася, 3 луковицы, 2 моркови, 100 г квашеной капусты, зелень петрушки, 1 лавровый лист, черный

перец горошком, соль.

Карасей почистить, помыть, залить водой и варить на медленном огне 20 минут. Лук и морковь почистить, мелко нарезать, смешать с квашеной капустой и положить в бульон, добавить лавровый лист, перец и соль. Варить еще 10 минут.

Готовую солянку украсить измельченной зеленью и подать к столу.

Солянка «Сом»

2 л воды, 200 г филе сома, 400 г квашеной капусты, 4 луковицы, 3 моркови, 1 лавровый лист, 1 луковица, 1 столовая ложка растительного масла, 1 стакан томатного сока, 100 г водки, зелень петрушки, соль и перец по вкусу.

Филе сома помыть, нарезать кусками, залить водой и варить 20 минут. Одну луковицу измельчить, пассеровать на растительном масле, смешать с томатным соком и капустой, затем добавить в бульон.

Нарезанные кольцами лук и морковь залить водкой, через 5 минут ее слить, а овощи положить в бульон. Добавить лавровый лист, соль, перец. Варить 10 минут.

Готовое блюдо украсить измельченной зеленью.

Рассольник рыбный с фрикадельками

Для супа: 2 л рыбного бульона, 2 соленых огурца, 1 помидор, 1/2 стакана огуречного рассола, по 1 моркови, корню петрушки и сельдерея, 3 – 4 клубня картофеля, 1/2 стакана перловой крупы, 2 столовые ложки масла, зелень, соль.

Для фрикаделек: 200 г рыбного филе, 50 г белого хлеба, 1/2 стакана молока, 2 столовые ложки муки, 1 столовая ложка сливочного масла, соль, перец.

В кипящий рыбный бульон положить промытую перловую крупу, нарезанный соломкой картофель, измельченные соленые огурцы, нарубленные и слегка поджаренные на сливочном масле коренья, посолить.

Рыбное филе пропустить через мясорубку, смешать с измельченным белым хлебом, солью, перцем, молоком и маслом. Фрикадельки обвалять в муке и опустить в рассольник за 5 минут до окончания варки.

Положить в готовый рассольник ломтики свежего помидора и влить процеженный огуречный рассол.

Украсить рассольник мелко нарезанной зеленью.

Белая уха

11/2 л рыбного бульона, 1 морской окунь, 5 штук моркови, 2 клубня карт офеля, 2 луковицы, зелень и корни петрушки и сельдерея, эстрагон, лавровый лист, перец, соль.

Морского окуня почистить, нарезать небольшими кусками,

освободить от костей, положить в кастрюлю, залить водой и варить 20 минут.

В кипящий рыбный бульон положить очищенный и нарезанный соломкой картофель, измельченные лук, коренья, эстрагон, лавровый лист, соль и перец. Варить еще 15 минут.

Готовую уху украсить нарубленной зеленью.

Суп луково-рыбный

1 л рыбного бульона, 7 луковиц, 100 г черного хлеба, 1/3 стакана белого вина, 50 г сливочного масла, тертый сыр, соль, перец.

Хлеб нарезать кусочками и подсушить в духовом шкафу. Нарезанный колечками лук частями обжарить в сливочном масле, переложить в кастрюлю с бульоном и варить до готовности. Добавить белое вино, тертый сыр, соль и перец. Варить еще 5 минут.

Украсить блюдо измельченной зеленью и кусочками хлеба.

Уха с картофельными клецками

2 л рыбного бульона, зелень петрушки, 2 луковицы, 1 морковь, 2 столовые ложки сливочного масла, 1/2 стакана пшена, 8 клубней картофеля, 1 стакан муки, 300 г фарша из осетра, 1 луковица, соль и перец по вкусу.

Пшено помыть и положить в кипящий рыбный бульон, посолить, поперчить. Добавить мелко нарезанные и пассерованные на сливочном масле лук и морковь. Варить 10 минут.

Картофель очистить, помыть и натереть на терке. Полученную массу положить на сито, чтобы стекла жидкость. Через 10 минут смешать картофель с мукой, солью и перцем. Все тщательно перемешать, вылепить клецки, кладя внутрь рыбный фарш. Опустить клецки в уху и варить 5 минут.

Готовое блюдо украсить рубленой зеленью петрушки и подать к столу горячим.

Суп с креветками и рисом

11/2 л воды, 200 г вареных очищенных креветок, 1/2 стакана риса, зелень петрушки, 2 столовые ложки лимонного сока, 1/3 стакана майонеза, соль и перец по вкусу.

Креветки мелко нарезать, а рис промыть. Все положить в кипящую воду, посолить, поперчить. Майонез смешать с лимонным соком и добавить в суп. Варить 20 минут.

Готовое блюдо украсить измельченной зеленью.

Суп из осетрины и фасоли

1 л рыбного бульона, 100 г филе осетра, 1 стакан консервированной фасоли, 1 луковица, 1 столовая ложка водки, 1 столовая ложка сливочного масла, зелень петрушки, соль, перец.

Лук почистить, нарезать кольцами, пассеровать на сливочном масле, выложить в кастрюлю, залить бульоном и варить 5 минут. Добавить нарезанную маленькими кусками рыбу, фасоль, водку, соль и перец. Варить еще 20 минут.

Готовое блюдо украсить мелко нарезанной зеленью петрушки.

Суп «Карась»

2 л воды, 4 крупных карася, 3 клубня картофеля, 1/2 стакана пшена, 1 стакан зеленого горошка, 1 луковица, 2 столовые ложки сливок, перец, соль по вкусу.

Карасей почистить, помыть, залить водой и варить 5 минут.

Картофель и лук очистить, нарезать кубиками, положить в кастрюлю с рыбным бульоном. Пшено помыть и высыпать в суп. Добавить сливки, посолить, поперчить и варить еще 20 минут.

Украсить готовое блюдо зеленым горошком, подать горячим.

Суп «Крабовый»

11/2 л воды, 200 г крабового мяса, 2 столовые ложки пшена, 1 столовая ложка томатной пасты, 1 столовая ложка сливочного масла, 1 луковица, 1 столовая ложка красного вина, 1 морковь, 2 столовые ложки сметаны, 1 красный болгарский перец, 2 столовые ложки красной икры, зелень петрушки и кинзы, красный молотый перец, соль по вкусу.

Крабовое мясо нарезать маленькими кусками, положить в кастрюлю, залить 1 л воды и поставить на огонь.

Лук, морковь и болгарский перец мелко нарубить, пассеровать на сливочном масле, смешать с томатной пастой и взбить миксером до пюреобразного состояния. Полученную смесь переложить в кастрюлю с крабовым мясом.

Пшено промыть и добавить в суп.

Долить в суп воду, влить вино, посолить, поперчить и варить на среднем огне 20 минут.

Блюдо украсить рубленой зеленью петрушки и кинзы. Отдельно подать сметану, смешанную с красной икрой.

Креветочный суп с орешками

2 л воды, 300 г очищенных креветок, 6 клубней картофеля, 2 сладких перца, 50 г копченого лосося, 2 луковицы, 100 г сливочного масла, 3 столовые ложки сметаны, 50 г очищенных лесных орехов, черный и красный молотый перец, соль, рубленая зелень.

Креветки мелко нарезать, залить водой и варить 5 минут.

Копченого лосося нарезать соломкой и обжарить в сливочном масле. Орехи измельчить.

Картофель, лук и сладкий перец очистить, нарезать, тушить 10 минут в сливочном масле, смешать с лососем, посолить, поперчить и обжарить. Затем переложить в кастрюлю с

креветками и варить еще 10 минут.

Готовое блюдо заправить сметаной, украсить орехами и рубленой зеленью.

Суп с мойвой и капустой

2 л воды, 400 г мойвы, 6 клубней картофеля, 11/2 кг квашеной капусты, 2 луковицы, 2 лавровых листа, 2 столовые ложки растительного масла, черный молотый перец, соль, 1/2 столовой ложки сахара, зелень.

Мойву очистить, помыть, удалить голову, плавники и хвост. Затем положить в кастрюлю, залить водой и варить 5 минут.

Очищенные картофель и лук нарезать кубиками, по отдельности обжарить на растительном масле и смешать с капустой. Добавить лавровый лист, перец, соль и сахар, положить в бульон и варить 15 минут.

Подать к столу в горячем виде. Украсить рубленой зеленью.

Суп с треской и рыбными фрикадельками

Для супа: 2 л воды, 400 г филе трески, 100 г очищенных вареных креветок, 200 г белокочанной капусты, 3 клубня картофеля, 1 стакан томатного сока, 1 морковь, 2 луковицы, 2 столовые ложки белого вина, 2 столовые ложки растительного масла, зелень петрушки, соль.

Для фрикаделек: 400 г филе трески, 1/3 стакана манной крупы, 3 столовые ложки сметаны, 2 сырых яйца, 100 г черного хлеба, соль, перец.

Филе трески нарезать порционными кусками, залить водой и варить 5 минут.

Лук и морковь мелко нарезать и пассеровать на растительном масле. Капусту нашинковать. Картофель очистить, нарезать кубиками, смешать с капустой, луком и морковью. Добавить томатный сок, вино и соль. Все тщательно перемешать и положить в бульон. Варить суп 10 минут.

Для фрикаделек филе трески пропустить через мясорубку, смешать с замоченным в рыбном бульоне черным хлебом, манной крупой, сметаной, яйцами, солью и перцем. Все перемешать. Слепить небольшие фрикадельки и опустить в кипящий суп. Добавить мелко нарезанные креветки. Варить 5 минут. Украсить суп с фрикадельками рубленой зеленью петрушки.

Суп из леща с белым вином и сухарями

11/2 л воды, 2 клубня картофеля, 1 небольшой лещ, 4 луковицы, 1 морковь, 300 г бородинского хлеба, 2 столовые ложки белого вина, зелень петрушки, 1 лавровый лист, черный перец горошком, 2 столовые ложки растительного масла, соль.

Леща почистить, помыть, удалить голову, плавники, разрезать на несколько кусков, залить водой, добавить лавровый

лист, посолить, положить перец и варить на медленном огне 10 минут. Картофель почистить, нарезать соломкой и добавить в бульон.

Лук и морковь почистить, мелко нарезать, пассеровать на масле, залить вином, тщательно перемешать и положить в суп. Варить еще 10 минут.

Хлеб нарезать кубиками, посолить, поперчить и подсушить в духовом шкафу.

Готовый суп украсить рубленой зеленью, сухарями и подать к столу.

Сметанный суп из лосося

1 л воды, 200 г филе лосося, 3 клубня картофеля, 1 луковица, 1 лавровый лист, 1 столовая ложка растительного масла, 1 стакан сметаны, 50 г лимонного сока, зелень петрушки, соль, перец.

Филе лосося помыть, нарезать кусками, залить водой и варить 10 минут. Картофель очистить, нарезать соломкой и положить в бульон.

Луковицу измельчить, пассеровать на растительном масле, смешать со сметаной, лимонным соком и добавить в суп. Посолить и поперчить, положить лавровый лист. Варить еще 10 минут.

Готовый бульон разлить по тарелкам и украсить измельченной зеленью.

Суп из сардины и зелени

2 л воды, 300 г филе сардины, 3 клубня картофеля, 2 пучка зелени петрушки, 1 пучок зелени укропа, 1 луковица, 1 сладкий перец, 2 столовые ложки растительного масла, соль, черный молотый перец.

Филе сардины помыть, нарезать порционными кусками, залить водой и варить 6 – 8 минут. Картофель очистить, нарезать соломкой и добавить в бульон.

Лук и сладкий перец почистить, измельчить и пассеровать на растительном масле. Зелень петрушки и укропа мелко нарезать, смешать с солью и черным перцем. Все тщательно перемешать и положить в суп. Варить 10 минут.

Подать горячим.

Пельмени с осетриной в рыбном бульоне

2 л рыбного бульона.

Для теста: 320 г пшеничной муки, 1 яйцо, 120 г воды, 7 г соли, 20 г муки для подсыпки.

Для фарша: 450 г филе осетрины, 75 г репчатого лука, 50 г сливочного масла, соль, перец.

Муку насыпать на стол, сделать в ней лунку, влить туда воду, яйцо, добавить соль и замесить крутое тесто.

Готовому тесту дать постоять 30 минут, чтобы за это время набухла клейковина и тесто сделалось эластичным.

Для приготовления фарша взять филе рыбы, тщательно помыть его и вместе с луком пропустить через мясорубку 2 раза. Добавить соль, перец, сливочное масло и хорошо перемешать.

Тесто нарезать кусками, раскатать круги диаметром 5 см, в центр каждого положить готовый фарш и сформировать пельмени. Варить небольшими партиями в кипящем бульоне.

К столу подавайте пельмени вместе с рыбным бульоном, в котором они варились.

Пельмени «Приморские» в рыбном бульоне

Для бульона: 2 л воды, 600 г рыбных голов, 4 луковицы, 2 столовые ложки сухого белого вина, 1 морковь, 1 лавровый лист, соль.

Для теста: 350 г муки, 1 яйцо, соль, вода.

Для фарша: 500 г кальмаров, 1 яйцо, 1 – 2 луковицы, 40 г растительного масла, черный молотый перец, соль.

Сделать тесто для пельменей. Кальмары очистить, промыть, разрезать на кусочки и пропустить через мясорубку. Добавить мелко нарезанные лук и вареное яйцо, растительное масло, соль, черный молотый перец. Все тщательно перемешать.

Сформировать пельмени и отварить в бульоне, приготовленных из указанных ингредиентов. К столу подать вместе с бульоном, в котором они варились.

Пельмени «Рыбацкие» в горячем бульоне

Для бульона: 2 л воды, 500 г рыбных голов и костей, 2 луковицы, 1 морковь, 1 лавровый лист, соль, черный перец горошком, рубленая зелень.

Для теста: 1/2 яйца, 340 г пшеничной муки, соль, вода.

Для фарша: 450 г рыбного филе, 2 луковицы, 50 г сливочного масла, соль, перец.

Муку насыпать на стол, сделать воронку, влить воду, половину яйца, посолить и замесить крутое тесто. Накрыть его и оставить на 30 минут.

Для фарша взять филе любой рыбы (треска, щука, налим), промыть и пропустить вместе с луком через мясорубку 2 раза, добавить перец, соль, сливочное масло и хорошо перемешать.

Нарезать тесто кусками, раскатать кружочки, положить в центр каждого готовый фарш и сформировать пельмени. Варить их небольшими партиями в кипящем бульоне, приготовленном из рыбных голов, целого лука и моркови с добавлением соли и специй.

Переложить готовые пельмени в глубокое блюдо, залить бульоном и посыпать мелко нарезанной зеленью.

Пельмени «Приморские» в рыбном бульоне

Для бульона: 2 л воды, 600 г рыбных голов, 4 луковицы, 2 столовые ложки сухого белого вина, 1 морковь, 1 лавровый лист, соль.

Для теста: 350 г муки, 1 яйцо, соль, вода.

Для фарша: 500 г кальмаров, 1 яйцо, 1 – 2 луковицы, 40 г растительного масла, черный молотый перец, соль.

Сделать тесто для пельменей. Кальмары очистить, промыть, разрезать на кусочки и пропустить через мясорубку. Добавить мелко нарезанные лук и вареное яйцо, растительное масло, соль, черный молотый перец. Все тщательно перемешать.

Сформировать пельмени и отварить в бульоне, приготовленных из указанных ингредиентов. К столу подать вместе с бульоном, в котором они варились.

Пельмени «Приморские» в рыбном бульоне

Для бульона: 2 л воды, 600 г рыбных голов, 4 луковицы, 2 столовые ложки сухого белого вина, 1 морковь, 1 лавровый лист, соль.

Для теста: 350 г муки, 1 яйцо, соль, вода.

Для фарша: 500 г кальмаров, 1 яйцо, 1 – 2 луковицы, 40 г растительного масла, черный молотый перец, соль.

Сделать тесто для пельменей. Кальмары очистить, промыть, разрезать на кусочки и пропустить через мясорубку. Добавить мелко нарезанные лук и вареное яйцо, растительное масло, соль, черный молотый перец. Все тщательно перемешать.

Сформировать пельмени и отварить в бульоне, приготовленных из указанных ингредиентов. К столу подать вместе с бульоном, в котором они варились.

Пельмени из макрели в холодном бульоне

3 л белого бульона, зелень петрушки.

Для теста: 500 г муки, 1 яйцо, соль, холодная вода.

Для фарша: 500 г мяса макрели (скумбрии), 75 г жирной свинины, 75 г соли, 30 г кунжутного масла, 150 г молодого лука-порея, 25 г арахисового масла.

Свиное мясо мелко нарезать. Рыбу очистить от костей, филе нарезать небольшими кусочками, все перемешать. Сложить фарш в миску и перемешать с небольшим количеством воды, арахисовым и кунжутным маслом, мелко нарезанным луком-пореем, посолить и тщательно перемешать.

В одной посуде соединить муку, воду, взбитое яйцо, соль и замесить крутое тесто. Дать ему немного постоять, затем сформировать небольшие лепешки диаметром 5 см, на каждую положить по 1 чайной ложке фарша и залепить края.

Довести бульон в кастрюле до кипения и опустить туда

пельмени. Когда они всплывут, накрыть кастрюлю крышкой и варить еще 5 минут. К столу подавать вместе с бульоном, в котором они варились, посыпав рубленой зеленью петрушки.

Пельмени «Экзотика» в холодном рыбном бульоне

Для бульона: 11/2 л воды, 500 г рыбных голов и костей, 3 луковицы, 2 красных болгарских перца, 40 г сливочного масла, 100 г сметаны, лавровый лист, соль.

Для теста: 250 г пшеничной муки, 1 чайная ложка соли, 6 яичных желтков.

Для фарша: 1 сухарь, 1 столовая ложка молока, 1 луковица, 10 г сливочного масла, 1 веточка зелени петрушки, 300 г копченого филе форели, 100 г сырого филе форели, 1 отваренное вкрутую яйцо, немного зеленого лука, 1 сырое яйцо, соль, черный молотый перец.

Сварить бульон из указанных ингредиентов, процедить и остудить его.

Оба вида филе рыбы пропустить через мясорубку вместе с луком. В одном сотейнике перемешать рыбный фарш, нарубленное вареное яйцо, измельченный репчатый лук, добавить заранее замоченный в молоке и отжатый сухарь, сырое яйцо, жареный измельченный зеленый лук и рубленую зелень петрушки. Приправить специями по вкусу, посолить.

Просеянную муку всыпать в эмалированную чашку, присыпать солью, вбить по одному яичные желтки и вымесить тесто. Закрыть крышкой и поставить доходить.

Из полученного теста раскатать небольшие кружочки толщиной 1 мм, на них положить по 1 чайной ложке фарша и слепить пельмени. Затем выложить их на присыпанную мукой разделочную доску и подсушить.

Пельмени варить 5 минут в бульоне, сваренном из рыбных голов и костей с добавлением лаврового листа и соли.

Лук нарезать кубиками, сладкий перец нашинковать. В сковороде растопить сливочное масло и пассеровать в нем лук до прозрачности, добавить перец, залить водой и тушить до готовности.

Затем протереть все через сито, добавить сметану, варить до консистенции крема, смешать с бульоном и охладить. Полученным супом залить готовые пельмени.

Пельмени с судаком в холодном бульоне

Для бульона: 2 л воды, 800 г рыбных голов или костей, 2 луковицы, 1 морковь, лавровый лист, соль.

Для теста: 400 г муки, 2 яйца, 100 г воды, 1 полная чайная ложка соли.

Для фарша: 600—700 г филе судака, 3 луковицы, 50 г белого

хлеба, 100 г холодного молока или сливок, 2 столовые ложки растительного масла, молотый перец и соль.

Смешать с водой 1 яйцо и 1 желток, добавить соль. Просеять муку, сделать в ней воронку, влить подготовленную смесь и взбитый белок. Осторожно, подгребая муку со всех сторон, вымесить тесто. Обсыпать тесто мукой, прикрыть полотенцем и дать ему постоять в течение 15 минут.

Промытое рыбное филе пропустить дважды через мясорубку вместе с луком и замоченным в молоке белым хлебом. Хорошо перемешать фарш, медленно вливая молоко или сливки. По вкусу посолить и поперчить, еще раз хорошо перемешать и поставить в холодное место на 1 час. В холодный фарш добавить растительное масло и еще раз перемешать.

Сделать пельмени средней величины. Отварить их до готовности в кипящем рыбном бульоне или подсоленной воде. К столу подавать горячими с ухой или бульоном, в котором они варились.

Пельмени из крабового мяса в рыбном бульоне

Для бульона: 2 л воды, 600 г рыбных голов или костей, 4 луковицы, 1 лавровый лист, соль.

Для теста: 400 г муки, 3 яичных желтка, соль, 100 г воды.

Для фарша: 500 г мяса краба, 200 г риса, 2 чайные ложки лимонного сока, 1 луковица, соль.

Крабовое мясо нарезать мелкими кубиками и положить в сотейник, добавить отваренный в подсоленной воде рис и нашинкованную луковицу, сбрызнуть соком лимона и посолить.

В отдельной чашке смешать муку, яичные желтки, холодную воду и соль. Замесить крутое тесто и раскатать его в пласт толщиной 1,5 мм на посыпанной мукой доске.

Сделать выемкой кружки из теста, на них положить немного фарша, закрыть его другими кругами и слепить пельмени. Отварить их в кипящей воде, положить в глубокое блюдо и залить горячим бульоном, приготовленным из указанных ингредиентов.

Пельмени «дальневосточные» с кальмарами в холодном бульоне

Для бульона: 11/2 л воды, 300 г рыбных костей, 2 луковицы, 1 красный болгарский перец, 2 столовые ложки белого сухого вина, 200 г сметаны, лавровый лист, соль.

Для теста: 350 г муки, 150 г воды, 2 яйца, соль.

Для фарша: 500 г кальмаров, 1 яйцо, 1 луковица, 40 г растительного масла, перец черный молотый, соль.

Сварить рыбный бульон из указанных ингредиентов. Заправить его сметаной и вином, затем охладить.

В воде развести яйца, соль, добавить смесь в просеянную

муку и замесить крутое тесто.

Для приготовления фарша очищенные и промытые кальмары пропустить через мясорубку. К полученному фаршу добавить мелко нарезанный репчатый лук, мелко нарубленное вареное яйцо, растительное масло, соль, черный молотый перец. Все хорошо перемешать.

Раскатать тонкий пласт теста, выдавить из него рюмкой круги диаметром 8 и 3 см. Положить на каждый 8-сантиметровый круг по 1 чайной ложке фарша, накрыть 3-сантиметровым и слепить края. Варить пельмени до готовности в подсоленной воде на медленном огне.

Готовые пельмени выложить в глубокое блюдо и залить холодным бульоном.

Пельмени «Царские» в рыбном бульоне

Для бульона: 2 л бульона из рыбных голов и костей, 600 г рыбных голов и костей, 4 луковицы, лавровый лист, зелень петрушки, соль.

Для теста: 400 г муки, 4 яйца, соль.

Для фарша: 60 0 г филе семги, 2 луковицы, соль, черный перец горошком.

Яйца взбить миксером с солью и добавить в просеянную муку, замесить крутое тесто, накрыть салфеткой и дать постоять 20 минут, затем еще раз вымесить.

Филе семги вместе с луком пропустить через мясорубку, посолить, поперчить.

Раскатать из теста круги, выложить на них небольшими порциями фарш и плотно защипнуть края. В кипящий бульон положить лавровый лист, черный перец горошком, соль. Варить пельмени 5 – 7 минут.

Готовые пельмени переложить в глубокое блюдо, залить бульоном и украсить мелко нарезанной зеленью.

Пельмени с рыбным фаршем в горячем бульоне

Для бульона: 2 л воды, 700 г рыбных голов или костей, 3 луковицы, лавровый лист, соль, черный перец горошком, зелень петрушки.

Для теста: 400 г муки, 1 яйцо, 100 г воды, соль.

Для фарша: 450 г филе жереха, 2 луковицы, 50 г сливочного масла, соль, черный молотый перец.

Филе рыбы вместе с луком пропустить через мясорубку, посолить, поперчить, добавить сливочное масло и все тщательно перемешать.

Для приготовления теста взбить яйцо, посолить, влить немного воды, соединить все с мукой и замесить крутое тесто. Раскатать его и с помощью рюмки вырезать круги диаметром

5 см. На каждый положить фарш и защипнуть края.

Пельмени опустить в кипящий бульон, приготовленный из указанных ингридиентов, и варить 10 минут.

Перед подачей к столу залить пельмени горячим бульоном и украсить мелко нарезанной зеленью.

Пельмени с осетриной в рыбном бульоне

Для бульона: 2 л воды, 700 г рыбных голов и костей, 3 луковицы, 4 болгарских перца, лавровый лист, соль.

Для теста: 320 г пшеничной муки, 1 яйцо, 120 г воды, 7 г соли, 20 г муки для подсыпки.

Для фарша: 450 г филе осетрины, 100 г клюквы, 1 столовая ложка белого вина, 75 г репчатого лука, 50 г сливочного масла, соль, перец.

Муку насыпать на стол, сделать в ней лунку, влить туда воду, яйцо, добавить соль и замесить крутое тесто. Готовому тесту дать постоять 30 минут.

Для приготовления фарша филе рыбы тщательно промыть, вместе с луком пропустить через мясорубку. Добавить соль, перец, сливочное масло, клюкву, вино и хорошо перемешать.

Тесто нарезать кусками, раскатать кружочки, в центр каждого положить по 1 чайной ложке готового фарша и сформировать пельмени.

Варить небольшими партиями в кипящей воде (на 1 кг изделий 4 л воды и 40 г соли).

К столу пельмени подавать в глубоком блюде с горячим бульоном, сваренным из указанных ингредиентов.

ОВОЩНЫЕ, ГРИБНЫЕ И ФРУКТОВО-ЯГОДНЫЕ СУПЫ

Овощи – ценный источник питательных веществ: витаминов, минеральных солей, органических кислот. Их пищевая ценность очень высока, а количество разновидностей первых блюд, которые можно приготовить с использованием овощей, огромно.

Варятся овощные бульоны очень быстро, однако при длительном хранении находящиеся в них полезные вещества распадаются и бульон теряет практически всю свою пищевую ценность. Именно поэтому овощные супы следует использовать как можно быстрее. Единственным исключением являются грибные бульоны.

При варке овощных супов в кипящий бульон опускаются мелко нарезанные овощи. Те из них, что готовятся дольше, кладут в кастрюлю в первую очередь.

Посуда, в которой варится суп, на протяжении всего процесса приготовления должна быть плотно закрыта, что позволит овощам меньше соприкасаться с воздухом. Овощной суп не следует часто подогревать или кипятить, так как интенсивная тепловая обработка продукта способствует разрушению присутствующих в нем питательных веществ.

Среди овощей, наиболее часто используемых для приготовления овощных супов, на первом месте стоят картофель, лук и капуста. Морковь, свекла, томаты, огурцы, баклажаны и кабачки используются реже.

Перед тем как опустить овощи в кипящий бульон, их необходимо почистить и мелко нарезать. Клубни картофеля очищают, а с томатов снимают кожицу. Огурцы подвергать подобной обработке необязательно.

Коричневый овощной бульон

1/2 л воды, 3 моркови, 10 штук фасоли, 2 луковицы, 2 клубня картофеля, 2 больших помидора, 1/3 кочана капусты или тыквы.

Нарезать все овощи большими кусками. Добавить воду и варить в скороварке. Процедить. Использовать как заготовку для приготовления супов.

Темный овощной бульон

2 л воды, 4 моркови, 30 г гороха, 3 луковицы, 3 клубня картофеля, 1 болгарский перец, 1/3 вилка белокочанной капусты.

Нарезать овощи небольшими кусками, поместить в кастрюлю, добавить воду и варить до готовности. Затем отвар процедить и использовать в качестве заготовки для приготовления овощных

соусов и супов.

Белый бульон из овощей

2 л воды, 450 г тыквы, 2 луковицы, 2 клубня картофеля, 1/3 кочана капусты.

Нарезать овощи небольшими кусками. Добавить воду и варить в скороварке. Процедить. Использовать для приготовления супов.

Светлый бульон для овощного супа

2 л воды, 300 г кабачков, 3 луковицы, 3 клубня картофеля, 1/2 вилка белокочанной капусты.

Нарезать овощи большими кусками, затем добавить воду и варить до готовности.

Готовый бульон процедить и использовать для приготовления овощных супов или соусов.

Бульон «Лорель»

1/2 л воды, 1 пучок зелени цветной капусты, 1 пучок ботвы моркови, 1 сладкий перец, 1 луковица.

Зелень цветной капусты и ботву моркови можно использовать для бульона. Зелень надо хорошо промыть, положить в кастрюлю, вскипятить. Приготовленный таким образом бульон добавляют в суп-пюре и другие супы. Для остроты в бульон можно положить сладкий перец и репчатый лук.

Бульон для вегетарианского супа

1 л воды, 1 луковица, 1 морковь, 1 корень сельдерея, 6 горошин черного перца, 2 лавровых листа, веточка зелени петрушки.

Морковь и луковицу разрезать пополам, корень сельдерея мелко нарезать, все залить 1 л холодной воды, добавить черный перец горошком, лавровый лист и варить 15 минут.

Бульон процедить. Он готов для использования или хранения, его можно даже заморозить.

Бульон «Диетический»

1 л воды, 1 стакан морковного сока, 1/2 кочана капусты, по 1 пучку зелени петрушки и салата, 1 сладкий перец, 1 луковица.

Капусту и зелень промыть, нарубить, положить в кастрюлю с водой и вскипятить. Для остроты положить сладкий перец и лук. Добавить сок. Приготовленный бульон можно добавить в суп-пюре.

Луковый бульон

11/2 л воды, 1 морковь, 1 корень сельдерея, 4 луковицы, 7 горошин черного перца, 3 лавровых листа, соль по вкусу.

Луковицы разрезать на 2 части, корень сельдерея нашинковать. Ингредиенты поместить в неглубокую кастрюлю, залить 11/2 л холодной воды, добавить очищенную морковь, черный перец горошком, лавровый лист и соль.

Бульон следует варить в течение 15 минут, а затем процедить, охладить и подать к столу.

Бульон «Душистый»

1 л воды, 1/4 стакана капустного сока, 2 луковицы, 1 морковь, 1 корень петрушки, 8 горошин черного перца, 3 лавровых листа, веточки зелени петрушки и укропа.

Морковь и луковицы разрезать на 4 части, корень сельдерея, петрушку и укроп мелко нарезать, все залить 1 л холодной воды, добавить черный перец горошком, капустный сок, лавровый лист и варить 20 минут.

Готовый бульон процедить и охладить (или заморозить).

Бульон из цветной капусты и сладкого перца

11/2 л воды, 200 г цветной капусты, 1 морковь, 4 сладких перца, 1 луковица, тмин, гвоздика, соль и перец по вкусу.

Цветную капусту промыть и разделать на кочешки. Морковь очистить. Ингредиенты поместить в кастрюлю, залить водой и довести до кипения. Затем добавить очищенный лук, сладкий перец, пряности, соль и варить на слабом огне 20 минут.

Готовый бульон процедить.

Бульон из фасоли

1 л воды, 400 г фасоли, 3 моркови, 2 луковицы, 1 клубень картофеля, 3 помидора, 1/2 кочана капусты, соль по вкусу.

Ингредиенты нарезать небольшими кусками, поместить в неглубокую кастрюлю, залить водой, посолить и варить на слабом огне 20 минут. Готовый бульон процедить.

Бульон из тыквы

1 л воды, 1 тыква, 3 луковицы, 2 клубня картофеля, 1/2 кочана капусты, соль по вкусу.

Ингредиенты нарезать большими кусками, поместить в кастрюлю, залить водой, посолить и варить на умеренном огне до готовности. Затем процедить.

Клецки в овощном отваре со специями

1 л отвара от различных овощей.

Для теста: 200 г муки, 1 яйцо, соль, 20 г воды.

Для подливы: 50 г свиного сала, зелень укропа и петрушки.

Из муки, яйца, соли и воды замесить крутое тесто. Нарубить его ножом или натереть на крупной терке. Высыпать стружку в кипящий овощной отвар и варить в течение 5 минут.

Сало нарезать кубиками и вытопить на сковороде. Разлить бульон с клецками по тарелкам, добавить шкварки с жиром и посыпать мелко нарезанной зеленью.

Похлебка с картофелем и репой

2 л воды, 4 клубня молодого картофеля, 3 молодые репы с листьями, 1/2 стакана сметаны.

Листья репы и корнеплоды помыть и отварить. Картофель очистить и нарезать крупными кубиками.

В 2 л соленой кипящей воды положить картофель, снова довести до кипения, затем дать отстояться 10 минут, не нагревая, положить заранее приготовленные листья репы. Заправить сметаной.

Репу нашинковать и добавить в суп. Блюдо можно подавать как в горячем, так и в холодном виде.

Грибная похлебка с петрушкой

2 л воды, 500 г свежих или 100 г сушеных грибов, 4 среднего размера клубня картофеля, 70 г перловой крупы, 1 морковь, 1 луковица, 50 г масла или маргарина, 1/2 стакана сметаны, зелень петрушки, соль, перец по вкусу.

Сварить грибной бульон. Вынуть из него грибы и нарезать. В бульон положить предварительно сваренную перловую крупу, пассерованный на масле лук, нарезанные морковь и петрушку, маленькие кубики картофеля, посолить, поперчить и варить до готовности.

Подавая похлебку к столу, положить в каждую тарелку грибы и немного сметаны.

Грибная похлебка с чесноком

11/2 л воды, 200 г сушеных белых грибов, 1 луковица, 1 клубень картофеля, 1 морковь, 4 зубчика чеснока, соль и перец по вкусу.

Грибы перебрать, промыть, залить водой и оставить на 1 час. Затем жидкость слить, грибы вновь промыть, залить водой, поставить на огонь и варить до готовности. Грибы вынуть, остудить и нарезать кусочками.

В кипящий отвар поместить очищенные лук, морковь, картофель и варить 30 минут. Затем овощи вынуть, а в бульон добавить толченый чеснок, нарезанные грибы, соль, перец и довести блюдо до кипения.

К столу суп подать в горячем виде.

Похлебка «Дары леса»

2 л воды, 600 г шампиньонов, 3 клубня картофеля, 50 г чечевицы, 1 морковь, 1 луковица, 50 г сливочного масла, 3 столовые ложки сметаны, 3 столовые ложки измельченной зелени укропа и петрушки, соль и перец.

Сварить грибной бульон, вынуть из него шампиньоны и нарезать. В бульон положить чечевицу, рубленую зелень, пассерованные на масле лук и морковь, нарезанный кубиками картофель, соль, перец и варить 15—20 минут.

Подавая похлебку к столу, положить в каждую тарелку грибы и 1 столовую ложку сметаны.

Суп картофельный с грибами и кинзой

1 л воды, 1 стакан яблочного сока, 100 г сушеных грибов, 4 клубня картофеля, 1 морковь, 1 луковица, 1 пучок зелени кинзы, 2 столовые ложки жира, соль по вкусу.

Замочить в горячей воде грибы. Морковь и лук измельчить и пассеровать на жире.

Замоченные грибы промыть, залить холодной водой, поставить на огонь и варить до готовности.

Почистить и нарезать кубиками картофель, поместить в готовый грибной отвар, добавить поджаренные лук, морковь и сок и варить еще 20 минут.

Готовый суп разлить по тарелкам, украсить рубленой зеленью кинзы и подать к столу.

Грибной суп с укропом

2 л воды, 250—350 г свежих грибов, 1 луковица, 3 – 4 клубня картофеля, 1/2 стакана измельченной зелени укропа, 2 столовые ложки растительного масла, соль и перец по вкусу.

Грибы перебрать, промыть, мелко нарезать и обжарить на растительном масле. Лук измельчить и соединить с грибами. Через 10 минут влить в кастрюлю кипяток, добавить нарезанный кубиками картофель и, поставив кастрюлю на медленный огонь, варить в течение 10 минут.

Готовый суп посолить, поперчить, посыпать измельченной зеленью и подать к столу.

Суп из свежих грибов с перловой крупой

2 л воды, 1 кг свежих грибов, 3 клубня картофеля, 1/2 стакана перловой крупы, 2 моркови, 2 луковицы, 60 г сливочного масла, 1 пучок зелени укропа, соль и перец по вкусу.

Грибы тщательно перебрать, промыть, поместить в кастрюлю и варить на слабом огне 30 минут. Готовый бульон процедить. Отдельно отварить перловую крупу и добавить в грибной бульон вместе с нарезанным кубиками картофелем и обжаренными на сливочном масле луком и морковью. Посолить, поперчить и варить до готовности.

Готовый суп украсить измельченной зеленью укропа, заправить оставшимся маслом и подать к столу.

Суп из вешенок и яиц

1 л воды, 400 г вешенок, 2 вареных яйца, растительное масло, 1 среднего размера луковица, 3 – 4 клубня картофеля, 50 г сыра, зелень, соль, перец по вкусу.

Грибы мелко нарезать и положить в горячее растительное масло. Измельчить лук и соединить с грибами. Через 10 минут влить в кастрюлю литр кипятка, положить нарезанный кубиками картофель и, поставив кастрюлю на медленный огонь, варить в

течение 10 минут.

Измельчить сыр.

Когда суп будет готов, положить соль, перец. Украсить блюдо измельченной зеленью, сыром и кружочками вареных яиц.

Суп из сушеных опят

2 л воды, 500 г сухих опят, 4 клубня картофеля, 4 столовые ложки сливочного масла, 3 столовые ложки муки, лавровый лист, зелень петрушки, соль.

Грибы тщательно промыть и залить теплой водой, дать постоять 30 минут. После этого грибы вынуть, мелко нарезать и опустить в подсоленную воду, добавив и ту воду, в которой они были замочены. Поставить на огонь. Как только грибы станут мягкими, положить в суп нарезанный кубиками картофель.

Отдельно поджарить муку в сливочном масле и выложить заправку в суп, добавить лавровый лист. Через несколько минут суп снять с огня. При подаче к столу посыпать мелко нарезанной зеленью петрушки.

Суп «Славянка»

11/2 л воды, 1 стакан капустного сока, 400 г белых грибов, 1 морковь, 6 клубней картофеля, 1 корень петрушки, 4 луковицы, 1 лавровый лист, 1 пучок зелени укропа или петрушки, 2 столовые ложки муки, соль и перец по вкусу.

Свежие грибы очистить, нарезать и варить, добавив лук, лавровый лист, соль, перец, измельченные корень петрушки и морковь, 25 минут, затем в суп положить нарезанный кубиками картофель, при постоянном помешивании всыпать муку, влить сок и варить еще 15 минут.

За 5 минут до готовности посыпать суп нарезанной зеленью укропа или петрушки, разлить по тарелкам и подать к столу.

Суп грибной с гречневой крупой и вином

2 л воды, 25 свежих белых грибов, 1 морковь, 1 луковица, 2 лавровых листа, 1 корень петрушки, 1/2 пучка зелени укропа, 1/2 стакана гречневой крупы, 1 столовая ложка любого домашнего вина (предпочтительно рябинового), 1 стакан консервированного зеленого горошка, 1 столовая ложка растительного масла, соль и перец по вкусу.

Грибы перебрать, очистить, промыть, нарезать небольшими кусочками, поместить в кастрюлю с измельченными лавровым листом и корнем петрушки, очищенными и нашинкованными морковью и луковицей. Ингредиенты залить водой, посолить, поперчить и варить на умеренном огне до готовности.

Гречневую крупу сварить в отдельной посуде с добавлением растительного масла, вина, затем переложить в другую емкость и добавить мелко нарезанную зелень укропа и зеленый горошек.

Полученную массу смешать с грибным отваром, довести до кипения и снять с огня.

Суп овощной с грибами, яйцами и орехами

11/2 л воды, 300 г свежих грибов, 1 морковь, 4 клубня картофеля, 3 столовые ложки измельченных грецких орехов, 3 яйца, 1 лавровый лист, 1 столовая ложка сливочного маргарина, 2 столовые ложки измельченной зелени петрушки, соль по вкусу.

Грибы нарезать небольшими кусочками, а морковь – тонкими кружками. Ингредиенты поместить в кастрюлю, залить холодной водой, посолить и варить в течение 15 минут.

Затем в суп положить лавровый лист, нарезанный кубиками картофель, довести до готовности, заправить сливочным маргарином и влить взбитые яйца.

Готовый суп подать к столу, посыпав измельченной зеленью петрушки и рублеными орехами.

Грибной суп с лапшой и шампиньонами

11/2 л воды, 200 г свежих шампиньонов, 1 луковица, 1 корень петрушки, 1 морковь, 1 столовая ложка растительного масла, 1/2 стакана лапши, 2 столовые ложки измельченной зелени петрушки, соль.

Грибы нарубить. Нарезанные лук, корень петрушки и морковь отварить в соленой воде.

Затем положить в суп грибы, варить на слабом огне 10—15 минут, добавить отдельно сваренную лапшу и заправить растительным маслом. При подаче к столу посыпать рубленой зеленью.

Суп «Летний гость»

2 л воды, 400 г подосиновиков, 1 луковица, лавровый лист, 1 корень петрушки, 1 морковь, 6 клубней картофеля (или 1/2 стакана перловой крупы), 2 столовые ложки муки, зелень укропа или петрушки, тмин, гвоздика, соль, перец по вкусу.

Свежие грибы очистить, нарезать и варить, добавив измельченную луковицу, лавровый лист, специи, соль, а также нарезанные корень петрушки и морковь. Когда грибы будут почти готовы, положить нарезанный картофель, муку. После того как картофель сварится, посыпать суп нарезанной зеленью укропа или петрушки.

Вместо картофеля в суп можно класть перловую крупу. Сваренную крупу переложить в другую посуду, туда же добавить ложку растительного масла и мелко нарезанную петрушку.

Суп из свежих грибов с овощами и орехами

11/2 л воды, 300 г свежих грибов, 1 морковь, 4 клубня картофеля, 5 столовых ложек очищенных лесных орехов, 40 г сливочного маргарина, 3 яйца, зелень петрушки, соль, лавровый

лист.

Грибы нарезать ломтиками, морковь – тонкими кружками. Отваривать все в подсоленной воде 15 минут. В суп положить нарезанный кубиками картофель, лавровый лист, довести до готовности, заправить сливочным маргарином, влить взбитые яйца. Подать, посыпав рубленой зеленью петрушки и цельными лесными орехами.

Картофельный суп со свежими грибами (русское блюдо)

2 л воды, 500 г любых свежих грибов, 6 клубней картофеля, 150 г корней сельдерея, зелень, 1 луковица, 2 столовые ложки растительного масла, соль.

Очищенные грибы обдать кипятком, откинуть на сито, нарезать ломтиками. Залить горячей подсоленной водой, а затем добавить нарезанный кубиками картофель и коренья. Луковицу нарезать, обжарить на масле и добавить в суп за 5 минут до окончания варки.

Готовое блюдо украсить рубленой зеленью.

Суп «Сибирский»

2 л воды или бульона, 200 г подберезовиков, 6 – 7 клубней картофеля, 1 красный острый перец, 1 морковь, 6 яблок, 4 огурца, 1 корень петрушки, 1 луковица, 3 – 4 помидора, 2 столовые ложки растительного масла, 3 столовые ложки сметаны, соль, рубленая зелень.

Шляпки свежих грибов нашинковать и варить в воде или бульоне. Ножки грибов нашинковать, обжарить с измельченным луком. Морковь и корень петрушки нарезать ломтиками и пассеровать. Острый красный перец измельчить.

Яблоки и огурцы очистить, освободить от семян и мелко нарезать.

Картофель нарезать кубиками. В кипящий бульон положить подготовленные овощи и грибы и варить до готовности, перед окончанием варки добавить дольки помидоров и острый перец. Подать со сметаной, посыпав зеленью.

Суп «Боровичок»

2 л воды, 200 г свежих грибов, 6 клубней картофеля, 1 луковица, 200 г консервированного горошка, 2 столовые ложки растительного масла, 1/2 стакана майонеза, 2 столовые ложки рубленой зелени петрушки, гвоздика, черный перец горошком, 2 зубчика чеснока, соль по вкусу.

Шляпки грибов нашинковать, поместить в кастрюлю, залить водой, посолить и варить до готовности. Ножки грибов измельчить и обжарить с измельченным луком.

Картофель нарезать кубиками, поместить в кипящий бульон вместе с обжаренными ножками грибов, луком и горошком.

Варить еще 15 минут.

За 5 минут до готовности добавить в суп специи и толченый чеснок, довести до кипения, после чего снять кастрюлю с огня, разлить бульон по тарелкам, заправить майонезом, украсить зеленью и подать к столу.

Пшенный суп с грибами и картофелем

2 л воды, 100 г сушеных белых грибов, 2 клубня картофеля, 1 луковица, 1/2 стакана пшена, 1 столовая ложка сливочного масла, 2 столовые ложки томата-пюре, 1 столовая ложка сметаны, соль по вкусу.

Грибы промыть, замочить на 1 час, не сливая воды, поместить в кастрюлю, добавить кипяток, соль и варить до готовности.

Затем всыпать в бульон пшено и нарезанный кубиками картофель и продолжать варить еще 20 минут.

Лук очистить, нашинковать и обжарить с томатом-пюре на сливочном масле. Полученную массу добавить в бульон за 10 минут до готовности, после чего кастрюлю снять с огня, разлить суп по тарелкам, заправить сметаной и подать к столу.

Суп «Масленок»

11/2 л овощного бульона, 50 г маслят, 4 клубня картофеля, 1 лавровый лист, 1 пучок зелени петрушки, 4 столовые ложки сливочного масла, 2 столовые ложки муки, соль по вкусу.

Грибы тщательно промыть, счистить пленку со шляпок, залить теплой водой, несколько раз прокипятить, меняя воду. После этого грибы вынуть, остудить и мелко нарезать.

Довести до кипения овощной бульон, положить в него нарезанный кубиками картофель. За 10 минут до готовности опустить в суп грибы.

Отдельно поджарить на сливочном масле муку и выложить заправку в суп, добавив лавровый лист и соль. Через 5 минут суп снять с огня.

При подаче к столу посыпать мелко нарезанной зеленью петрушки.

Суп из помидоров и яблок

2 л воды, 600 г помидоров, 4 яблока, 1 луковица, 1 морковь, 1 чайная ложка сливочного масла, 200 г корней петрушки, 250 г сметаны, 2 столовые ложки муки, сахар, соль, перец.

Вымыть и очистить корни петрушки и морковь. Поставить их варить. Вымытые помидоры и яблоки нарезать дольками и, положив в кастрюлю, залить водой (не очень много) и варить, добавить масло и лук, предварительно нарезанный кольцами.

Когда овощи будут готовы, протереть их через сито и переложить в первый отвар, который предварительно следует процедить.

Немного отвара (1/4 стакана) отлить в отдельную неглубокую посуду и развести в нем муку.

Полученной смесью заправить суп. Довести его до кипения, посолить, поперчить, добавить сметану и сахар по вкусу.

Суп «Матрена»

11/2 л воды, 2 – 3 спелых помидора, 1 свекла, 3 клубня картофеля, 1 морковь, 1 свежий огурец, 1/2 стакана яблочного сока, соль, сметана, зелень.

Помидоры вымыть, разрезать на дольки и посолить. Через некоторое время отжать из них сок. Свеклу натереть на терке и тоже выжать сок. Залить холодной водой выжимки и на 10 минут поставить на огонь. Полученный отвар процедить, охладить, после чего смешать с яблочным соком.

Отваренные предварительно картофель, морковь, очищенный от кожицы огурец нарезать кружочками. Зелень измельчить. Затем разложить все это по тарелкам и залить смесью овощного отвара и сока.

При подаче к столу заправить блюдо сметаной.

Суп «Багряный»

2 л воды, 7 помидоров, 1 луковица, морковь, 1 чайная ложка сливочного масла, 2 корня петрушки, 1 стакан сметаны, 1 столовая ложка желатина, сахар по вкусу, соль, перец.

Вымыть и очистить корни петрушки и морковь и поставить их варить. Помидоры нарезать дольками и, положив в кастрюлю, залить водой. Затем добавить масло и лук, предварительно нарезанный кольцами, и сварить.

Готовые овощи пропустить через мясорубку, переложить в процеженный отвар из моркови и корней петрушки. 1/2 стакана отвара отлить в отдельную неглубокую посуду и развести в нем желатин.

Полученной смесью заправить суп, довести до кипения, посолить, поперчить, добавить сметану и сахар по вкусу. Охладить и подать к столу.

Суп с клецками, помидорами и чесноком

2 л воды, 1 кг помидоров, 2 луковицы, 1 зубчик чеснока, 1 стакан отварных зерен ржи (варить 40 минут в подсоленной воде с молотым перцем), 150 г соевого творога, 2 столовые ложки панировочных сухарей, 1 яйцо, тимьян, 4 столовые ложки измельченной зелени, 1 столовая ложка растительного масла, черный и красный молотый перец, соль.

Помидоры пробланшировать, кожицу удалить, мякоть разделить на 4 части. Лук и чеснок измельчить и обжарить в растительном масле. Затем добавить помидоры, бульон и варить в закрытой посуде 25 минут.

Творог размять и перемешать с панировочными сухарями, яйцом, тимьяном, перцем и солью. Из полученной массы сделать клецки, отварить их до готовности в подсоленной воде. Затем положить в помидоры вместе с зернами ржи. Готовый суп украсить зеленью.

Острый томатный суп

2 л воды, 5 – 6 помидоров, 1/2 чайной ложки красного молотого перца, 50 г сладкого перца, 5 клубней картофеля, 3 столовые ложки подсолнечного масла, 1 столовая ложка муки, зелень петрушки, соль.

Помидоры и сладкий перец очистить и мелко нарезать, отварить вместе с картофелем, нарезанным кубиками, в подсоленной воде, добавить подсолнечное масло. Незадолго до готовности добавить молотый перец и подсушенную муку. Снять с огня и посыпать мелко нарезанной зеленью петрушки. Подавать холодным.

Томатный суп «Веда»

2 л воды, 7 помидоров, 6 клубней картофеля, 1 корень петрушки, 1 пучок зелени петрушки, 3 столовые ложки сметаны, 1 столовая ложка подсолнечного масла, 2 столовые ложки муки, тмин, кориандр, гвоздика, черный перец горошком, соль по вкусу.

Помидоры очистить и мелко нарезать, отварить вместе с картофелем, нарезанным кубиками, в подсоленной воде и добавить подсолнечное масло.

За 10 минут до готовности добавить в суп специи, подсушенную муку и сметану, после чего снять кастрюлю с огня, посыпать бульон измельченной зеленью.

Готовый суп подавать к столу горячим.

Холодный суп с эстрагоном и кинзой

2 л воды, 5 помидоров, 1 свекла, 3 клубня вареного картофеля, 2 огурца, 2 яйца, 2 сладких перца, 200 г вареной брюквы, 1 пучок кинзы, 1/2 стакана сметаны, 1 столовая ложка измельченной зелени эстрагона, соль по вкусу.

Помидоры промыть, разрезать, посолить, дать постоять 10 минут, затем отжать сок. Свеклу натереть на терке и отжать сок. Выжимки помидоров и свеклы залить водой, поварить 10—15 минут, после чего процедить и охладить.

Свекольный сок соединить с полученным отваром. Картофель и брюкву нарезать тонкими ломтиками, соединить с кусочками очищенных свежих огурцов, сваренными вкрутую и измельченными яйцами, нашинкованной кинзой и зеленью эстрагона.

Сладкий перец очистить, запечь в предварительно разогретой духовке, охладить и мелко нарезать. Ингредиенты смешать,

заправить сметаной и разбавить овощным отваром со свекольным соком.

Томатный суп с цветной капустой и кедровыми орехами

2 л воды, 1/2 кочана цветной капусты, 8 помидоров, 1 пучок зелени петрушки, 3 столовые ложки очищенных кедровых орехов, 2 столовые ложки муки, 4 столовые ложки растительного масла, соль по вкусу.

Полкочана цветной капусты разобрать на кочешки, поместить в кастрюлю, залить холодной водой, посолить и варить 15 минут. Снять кожицу с помидоров, натереть на терке и добавить в суп.

Поджарить муку, развести ее небольшим количеством капустного бульона, положить в суп и варить еще 5 минут.

Готовый суп посыпать мелко нарезанной зеленью петрушки, рублеными орехами, заправить маслом, разлить по тарелкам и подать к столу.

Томатный суп с брюссельской капустой и сметаной

2 л воды, 1 кг брюссельской капусты, 8 маринованных помидоров, 3 столовые ложки муки, 1 стакан сметаны, зелень петрушки, черный перец горошком, 1 пучок кинзы, соль по вкусу.

Брюссельскую капусту мелко нарезать и отварить в подсоленной воде. Снять кожицу с помидоров, взбить миксером и добавить в суп. Когда капуста станет мягкой, поджарить муку и положить вместе с перцем в суп. Затем варить его 5 минут.

Перед подачей к столу посыпать суп мелко нарезанной зеленью петрушки, кинзы и положить сметану.

Суп с огурцом и вишневым соком

11/2 л воды, 3 помидора, 1/2 свеклы, 4 клубня картофеля, 1 свежий огурец, 4 вареных яйца, 1 пучок зелени петрушки, 1 столовая ложка вишневого сока, 1 столовая ложка сметаны, соль по вкусу.

Помидоры помыть, разрезать на дольки, посолить и через 10 минут отжать сок. Свеклу натереть на терке и отжать сок. Выжимки поместить в кастрюлю, залить холодной водой и на 10 минут поставить на слабый огонь. Полученный отвар процедить, охладить, после чего смешать с вишневым соком.

Нарезать кружочками очищенный от кожуры огурец и предварительно отваренный картофель. Зелень измельчить.

Ингредиенты разложить по тарелкам, залить смесью овощного отвара и сока, заправить сметаной, украсить кружочками вареных яиц и подать к столу.

Суп «Синьор Помидор»

1 л воды, 10 помидоров, 2 луковицы, 1 пучок зелени укропа или петрушки, 1 стакан сливок, 2 столовые ложки сливочного масла, тмин, гвоздика, 1 лавровый лист, перец и соль по вкусу.

Помидоры помыть, обдать кипятком, снять кожицу и протереть через сито. Лук нашинковать, обжарить на сливочном масле и перемешать с протертыми помидорами.

Ингредиенты поместить в кастрюлю, посолить, поставить на слабый огонь и варить 10 минут. Затем в полученную массу добавить воду, специи и варить еще 15 минут.

Готовый суп заправить сливками, украсить измельченной зеленью и подать к столу.

Суп овощной с зеленым консервированным горошком

2 л воды или овощного бульона, 1 банка консервированного зеленого горошка, 1 яблоко, 4 – 5 клубней картофеля, 1/2 вилка белокочанной капусты, 1 – 2 моркови, 1 луковица, 2 вареных яйца, 2 столовые ложки муки, специи по вкусу.

Очистить картофель и яблоко и нарезать кубиками. Нашинковать капусту, поместить в кастрюлю, залить водой или бульоном, довести до кипения, после чего добавить зеленый горошек, картофель, специи и варить до готовности.

Отдельно пассеровать лук, яблоко и морковь и переложить в кастрюлю с супом. Муку развести небольшим количеством кипятка, тщательно перемешать, влить в суп и варить еще 5 минут, после чего снять с огня, разлить по тарелкам, украсить кружочками вареных яиц и подать к столу.

Суп-пюре с гренками и орехами

Для супа: 1 л воды, 4 моркови, 1 корень сельдерея, 2 стебля лука-порея, 2 – 3 столовые ложки растительного масла, 3 – 4 клубня картофеля, соль по вкусу.

Для гренок: несколько ломтиков хлеба, яйцо, толченые лесные орехи.

Морковь, корни сельдерея, стебли лука-порея мелко нарезать и тушить в растительном масле. Когда овощи размягчатся, залить их горячей водой, добавить нарезанный картофель и соль по вкусу. Готовые овощи протереть сквозь сито. Соединить с овощным отваром и дать закипеть.

Хлеб обмакнуть в яичный белок, обсыпать орехами и запечь в умеренно горячем духовом шкафу.

Готовый суп заправить остатками растительного масла. Подавать с гренками.

Вегетарианский капустный суп

1 л воды, 2 клубня картофеля, 1 морковь, 1 луковица, 300 г белокочанной капусты, 1 корень сельдерея, 4 столовые ложки растительного масла, соль, пряности.

Морковь и корень сельдерея нарезать кубиками, лук – кольцами и положить в сковороду. Добавить растительное масло, немного воды и, помешивая, тушить в течение 10—15 минут.

Нашинковать капусту, кубиками нарезать картофель, положить в сковороду и тушить вместе с остальными овощами.

Когда овощи будут готовы, переложить их в кастрюлю и залить кипятком, посолить, положить пряности и довести до кипения.

Суп-пюре из редиса и щавеля

1 л овощного бульона, 450 г редиса, 2 клубня картофеля, 1 луковица, 2 моркови, 3 пучка щавеля, 1 корень петрушки, 2 столовые ложки муки, 1/2 стакана молока, 1 сырое яйцо, 2 столовые ложки сливочного масла.

Редис нарубить и припустить до готовности (10—15 минут). Морковь нарезать и припустить. Картофель очистить и отварить. Лук, щавель и корень петрушки нашинковать и пассеровать с маслом.

Редис, морковь, лук, щавель и корень петрушки смешать с отварным картофелем, а затем все протереть. Развести массу бульоном и довести до кипения (можно использовать овощной отвар). Добавить разведенную овощным отваром или бульоном пассерованную муку. Взбить миксером яйцо и смешать его с молоком.

Перед тем как подать к столу, суп заправить яично-молочной смесью и прогреть.

Суп «Питательный»

3 л воды, 2 – 3 болгарских перца, 1/2 вилка белокочанной капусты, 200 г стручковой фасоли, 2 – 3 красных помидора, 1 морковь, 1 корень сельдерея, 1 небольшой кабачок, 2 – 3 клубня картофеля, 1/2 пучка зелени петрушки, 4 столовые ложки подсолнечного масла, 1 столовая ложка муки, соль по вкусу.

Нарезать сладкий перец и стручковую фасоль, нашинковать капусту и морковь, измельчить корень сельдерея. Ингредиенты поместить в кастрюлю, залить водой, посолить и варить до готовности. Затем добавить нарезанные кубиками кабачок и картофель.

Отдельно в подсолнечном масле поджарить муку, добавить кусочки помидоров, развести водой или овощным отваром и опустить в суп.

Готовый суп посыпать мелко нарезанной зеленью петрушки.

Суп картофельный с зеленью и рисом

2 л воды, 4 клубня картофеля, 1 луковица, 3 столовые ложки растительного масла, 1/2 стакана риса, 2 столовые ложки сметаны, 1 пучок зелени петрушки, соль и перец по вкусу.

В кипящую воду положить измельченный лук, влить растительное масло, посолить, поперчить. Картофель очистить, мелко нарезать и добавить в суп.

Рис промыть, поместить в кастрюлю с кипящим отваром и варить 20 минут. За 10 минут до готовности в суп добавить мелко нарезанную зелень и сметану.

Суп «Аппетитный»

2 л воды, 2 луковицы, 1 морковь, 3 клубня картофеля, 300 г белокочанной капусты, 1 корень петрушки, 4 столовые ложки растительного масла, 1 стакан сметаны, соль, пряности по вкусу.

Репчатый лук нашинковать, обжарить на растительном масле, добавить нарезанные кубиками морковь, коренья и тушить в закрытой кастрюле 8 – 10 минут, периодически помешивая. Затем положить нашинкованную капусту, нарезанный картофель и тушить до готовности овощей.

Развести массу горячей водой, посолить, положить пряности и довести до кипения. Подать со сметаной.

Суп «Неженка»

2 л воды, 2 – 3 сладких перца, немного свежей капусты, 200 г консервированной кукурузы, 1 морковь, 2 небольших кабачка, 2 клубня картофеля, 2 столовые ложки подсолнечного масла, 50 г яблочного пюре, 2 – 3 красных помидора, зелень петрушки, соль.

Мелко нарезать сладкий перец, свежую капусту, кукурузу, морковь и варить в подсоленной воде до мягкости. Затем добавить нарезанные кубиками кабачки и картофель.

Отдельно в подсолнечном масле поджарить мелко нарезанные красные помидоры. Яблочное пюре развести водой или овощным отваром и добавить в суп.

Готовый суп посыпать мелко нарезанной зеленью петрушки.

Суп из редиса и картофеля

2 л воды, 300 г белого редиса, 1 морковь, 4 клубня картофеля, 1 яйцо, 200 г сливочного масла, 1 луковица, 1 корень петрушки, 1 стакан сливок, 2 столовые ложки манной крупы, соль и перец по вкусу.

Редис и очищенную морковь мелко нарезать и обжаривать 10 минут. Картофель очистить и отварить. Лук и корень петрушки нашинковать и пассеровать на сливочном масле.

Редис, морковь, лук и корень петрушки смешать с отварным картофелем, а затем ингредиенты протереть через сито. Развести полученную массу картофельным бульоном, довести до кипения, добавить смешанную с небольшим количеством воды манную крупу, соль и перец, варить 10 минут.

Взбить яйцо со сливками и заправить полученной смесью суп.

Суп «Картофельный»

2 л овощного бульона, 10 небольших клубней картофеля, 1 луковица, 2 столовые ложки растительного масла, 1/2 стакана гречневой крупы, зелень, соль и перец по вкусу.

Довести овощной бульон до кипения, положить в него измельченный лук, растительное масло и соль. Промыть гречневую крупу под струей проточной воды.

Картофель мелко нарезать и высыпать в суп, поперчить, варить до готовности. Посыпать мелко нарезанной зеленью.

Суп «Осенний»

11/2 л овощного бульона, 2 столовые ложки растительного масла, 1 луковица, 1/2 кочана цветной капусты, 2 моркови, 5 мелких клубней картофеля, острая приправа по вкусу, 100 г зеленого горошка, зелень петрушки.

Лук мелко нарезать и слегка обжарить в масле. Цветную капусту разобрать на кочешки, морковь и картофель нарезать. Положить все овощи в бульон и варить на слабом огне 20—30 минут. Добавить острую приправу. Украсить суп рубленой петрушкой.

Суп «Летний»

2 л овощного бульона, 1 стакан морковного сока, 1 луковица, 2 моркови, 1 корень сельдерея, 1 корень петрушки, 1 небольшой кочан капусты, 4 клубня картофеля, соль, пряности, растительное масло.

Луковицу нашинковать, добавить нарезанные кубиками морковь, корни сельдерея и петрушки.

Овощи тушить в воде в течение 10—15 минут в плотно закрытой кастрюле, периодически помешивая, затем добавить сок и нашинкованную капусту, нарезанный картофель и продолжать тушение до готовности овощей. Затем добавить горячий бульон, немного соли, пряности и довести до кипения.

Подавать суп с растительным маслом.

Овощной суп-пюре с перцем

2 л воды, 4 клубня картофеля, 50 г земляной груши, 3 помидора, 1 морковь, 1 луковица, 4 сладких перца, 2 столовые ложки сливочного масла, 1 чайная ложка майонеза, соль и перец по вкусу.

Картофель, земляную грушу и морковь очистить, поместить в кастрюлю, залить водой и варить до готовности, после чего корнеплоды вынуть и протереть через мелкую терку.

Луковицу и сладкий перец измельчить, обжарить на сливочном масле и добавить очищенные от кожицы и нарезанные помидоры. Массу тушить 10 минут, после чего смешать с картофелем, земляной грушей и морковью, посолить, поперчить, влить в кипящий бульон и варить еще 10 минут.

Готовый суп-пюре можно заправить майонезом и подать к столу.

Суп «Быстрый»

2 л овощного бульона, 50 г спелой дыни, 2 – 3 столовые ложки сливочного масла, 1 луковица, 4 клубня картофеля, 1 яйцо, 1 морковь, 1 стакан вермишели, 1/4 стакана измельченной зелени укропа, соль.

В кастрюле растопить сливочное масло. Лук измельчить и пассеровать в сливочном масле. Добавить нарезанный мелкими кубиками картофель и, помешивая, обжаривать в течение 1 – 2 минут. Затем влить в кастрюлю с обжаренными ингредиентами горячий бульон, довести суп до кипения, всыпать вермишель, посолить и варить 10 минут.

Взбитое яйцо, натертую на мелкой терке морковь, мелко нарезанную дыню и зелень добавить в суп за 5 минут до готовности.

Холодный суп из брюквы

2 л воды, 5 помидоров, 1 свекла среднего размера, 3 вареных клубня картофеля, 500 г вареной брюквы, 1 лимон, 2 огурца, 2 сваренных вкрутую яйца, 2 сладких перца, 60 г зеленого лука, 15 г зелени эстрагона, 1/2 стакана сметаны, соль по вкусу.

Помидоры промыть, разрезать, слегка посолить, дать постоять 10 минут, затем отжать сок. Свеклу натереть на терке и также отжать сок. Выжимки залить водой, варить 10—15 минут, процедить и охладить. Выжать сок из лимона.

Свекольный и лимонный соки соединить с отваром. Вареные картофель и брюкву, свежие огурцы и яйца нарезать тонкими ломтиками, зеленый лук и зелень эстрагона нашинковать, сладкий перец без семян запечь, охладить и мелко нарезать. Все смешать со сметаной, посолить и разбавить овощным отваром со свекольным соком.

Суп «Настенька»

1 л воды, 1/2 л свежего березового сока, 3 клубня картофеля, 2 моркови, 1 луковица, 1 пучок зелени укропа, 2 столовые ложки топленого масла, 1 столовая ложка томатной пасты, 1 чайная ложка майонеза, соль и черный молотый перец по вкусу.

Картофель очистить, помыть, поместить в глубокую кастрюлю, залить водой, посолить и варить 20 минут.

Морковь и лук нарезать и обжарить на топленом масле, добавить томатную пасту и тушить 2 – 3 минуты.

Полученную массу смешать с супом и соком. Варить еще 15 минут. Го – товое блюдо разлить по тарелкам, заправить майонезом, поперчить, украсить зеленью укропа и подать к столу.

Суп-пюре из цветной капусты и киви

2 л овощного бульона, 1 кочан цветной капусты, 2 небольших киви, 2 яичных желтка, 1 стакан молока, 1 столовая ложка лимонного сока, 1 столовая ложка сливочного масла, соль по

вкусу.

Кочан цветной капусты очистить, промыть, разобрать на кочешки, поместить в кастрюлю, посолить и варить 15 минут.

Затем несколько отварных кочешков отделить, остальные протереть через сито, положить в кипящий бульон, добавить стакан горячего молока и варить еще 50 минут.

Киви очистить от кожицы и мелко нарезать.

Готовый суп заправить яичными желтками и лимонным соком. Перед подачей к столу положить в каждую тарелку несколько вареных кочешки, кусочки киви и немного масла.

Суп из брюссельской капусты и черной смородины

2 л овощного бульона, 1/2 кг брюссельской капусты, 4 клубня картофеля, 1 столовая ложка черной смородины, 2 чайные ложки соли, 1 чайная ложка сахара, сливки или сметана по вкусу.

Мелко нарезать капусту. Очистить и помыть картофель, нарезать его ломтиками, сложить все в кастрюлю, залить горячим бульоном и поставить варить на 10—15 минут.

Смородину смешать со сметаной или сливками, добавить 1 чайную ложку сахара, взбить миксером.

Готовый суп посолить, заправить смесью сметаны и смородины, затем подать к столу.

Суп из цветной капусты со сладким перцем и морковью

2 л овощного бульона, 1 кочан цветной капусты, 3 сладких перца, 4 моркови, 1 клубень картофеля, 1 корень сельдерея, 1 пучок зелени петрушки или укропа, зелень кинзы, 1 /3 столовой ложки молотого красного перца, 2 столовые ложки растительного масла, 1 столовая ложка муки, соль по вкусу.

Поджарить муку на растительном масле. Затем залить массу горячим бульоном, поставить на огонь и, постоянно помешивая, добавить очищенную и нашинкованную морковь, нарезанные корень сельдерея, картофель, поперчить. Ингредиенты посолить и варить до готовности. Затем положить цветную капусту, разобранную на кочешки, очищенный и нарезанный кусочками сладкий перец и варить еще 25 минут.

Перед подачей к столу суп посыпать мелко нарезанной зеленью кинзы, петрушки или укропа.

Суп из краснокочанной капусты и манной крупы

2 л овощного бульона, 1 небольшой кочан краснокочанной капусты, 5 столовых ложек сливочного масла, 4 столовые ложки манной крупы (или муки), 2 яичных желтка, 4 столовые ложки кислого молока, 2 столовые ложки натертого сыра, соль.

Капусту нарезать, положить в кипящий овощной бульон и варить, пока она не станет мягкой. Добавить столовую ложку сливочного масла. Затем приготовить заправку из оставшегося

масла и манной крупы (или муки), развести ее бульоном из-под капусты и вылить в суп. Поварить 5 – 6 минут и снять с огня.

Яичные желтки хорошо взбить с кислым молоком, заправить этой смесью суп, посолить и посыпать натертым сыром.

Суп-пюре «Капустный»

1 л овощного бульона, 1 л капустного сока, 1 кочан цветной капусты, 1 стакан молока, 2 яичных желтка, лимонный сок, сливочное масло, соль.

Кочан цветной капусты очистить и промыть, разобрать на кочешки и сварить их в бульоне.

Отобрать несколько хорошо сохранившихся кочешков, остальные протереть через сито, положить в воду, в которой варилась капуста, добавить стакан горячего молока и капустного сока. Варить 50 минут.

Готовый суп заправить взбитыми яичными желтками и лимонным соком, посолить. Перед подачей к столу положить в каждую тарелку несколько вареных кочешков и кусочков масла.

Суп из цветной капусты, яиц и кефира

2 л овощного бульона, 1 кочан цветной капусты, 2 яичных желтка, 5 столовых ложек сливочного масла, 4 столовые ложки кефира, 2 столовые ложки натертого сыра, 2 столовые ложки муки или манной крупы, соль по вкусу.

Кочан цветной капусты очистить, разделить на кочешки, положить в кипящую подсоленную воду и варить до готовности. Вынуть, мелко нарезать и смешать с 1 столовой ложкой сливочного масла.

Затем приготовить заправку из оставшегося масла и муки или манной крупы, развести ее бульоном из-под капусты и влить в суп. Поварить 5 – 6 минут и снять с огня.

Яичные желтки взбить с кефиром, заправить полученной смесью суп, посыпать натертым сыром, посолить и подать к столу.

Рисовый суп с грушей

2 л воды, 3 – 4 клубня картофеля, 3 груши, 1 морковь, 1 луковица, 1 /2 стакана риса, сливочное масло, соль.

Очистить овощи, с груш снять кожицу, освободить от семян, измельчить все и отварить в воде. В процеженном отваре сварить рис, посолить. Подавая к столу, положить в каждую тарелку кусочек сливочного масла.

Суп с рисом и цветной капустой

2 л овощного бульона, 500 г цветной капусты, 1 /2 стакана риса, 1 – 2 луковицы, 40 г сливочного маргарина, зелень петрушки, соль.

Пассерованный на маргарине лук положить в кипящий бульон вместе с рисом. Когда рис станет мягким, добавить

очищенную и мелко нарезанную цветную капусту, соль. Варить 10—12 минут. Перед тем как подать к столу, посыпать рубленой зеленью петрушки.

Суп из кабачков с рисом и щавелем

2 л воды (или бульона), 500 г кабачков, 2 пучка щавеля, 1 морковь, 250 г краснокочанной капусты, 80 г риса, 2 столовые ложки сливочного масла, 20 г петрушки или укропа, соль.

Кабачки нарезать толстыми ломтиками, морковь – тонкими, капусту и щавель – соломкой. Рис промыть и всыпать в кипящий бульон или воду. Через 5 – 6 минут добавить морковь и капусту, варить на слабом огне. За 5 минут до окончания варки в суп положить нарезанные кабачки, соль, масло и довести до кипения.

При подаче к столу блюдо посыпать измельченной зеленью.

Суп с рисом, брюссельской капустой и молоком

1 л воды, 500 г брюссельской капусты, 1 стакан риса, 1 – 2 луковицы, 1 /2 стакана молока, 2 столовые ложки сливочного маргарина, 1 столовая ложка измельченной зелени петрушки, соль по вкусу.

Пассерованный на маргарине лук положить в кипящий бульон вместе с рисом и варить до готовности. Затем добавить измельченную капусту, соль и молоко. Продолжать варить еще 15 минут.

Перед тем как подать к столу, посыпать суп рубленой зеленью петрушки.

Суп «Рахман»

2 л воды, 1 стакан риса, 100 г кураги, 3 клубня картофеля, 1 луковица, 1 морковь, 2 столовые ложки томатной пасты, 2 столовые ложки топленого масла, 1 пучок зелени укропа, тмин, кориандр, черный перец горошком, соль по вкусу.

Картофель очистить, нарезать кубиками, поместить в кастрюлю с кипящей водой и варить 10 минут.

Затем добавить промытый рис и варить суп еще 15 минут. Курагу обдать кипятком, мелко нарезать и опустить в суп.

Лук измельчить, морковь натереть на терке и обжарить на топленом масле. В полученную массу добавить томатную пасту и тушить смесь 5 минут, после чего поместить в кастрюлю с супом вместе со специями, посолить и варить в течение 10 минут.

Готовое блюдо разлить по тарелкам, украсить измельченной зеленью укропа и подать к столу.

Яичный суп

2 л воды, 4 яйца, 3 – 4 клубня картофеля, 1 морковь, 1 луковица, 1 /2 стакана риса, 2 столовые ложки сливочного масла, соль по вкусу.

Очистить овощи, вымыть, измельчить, поместить в кастрюлю,

залить водой и отварить. В готовый бульон добавить промытый рис и соль и варить 20 минут.

За 5 минут до готовности в суп влить взбитые яйца и растопленное сливочное масло.

Суп «Кабачковый»

2 л воды, 500 г кабачков, 300 г тыквы, 1 морковь, 1/ 4 *вилка белокочанной капусты, 2 столовые ложки риса, 2 столовые ложки сливочного масла, 1 столовая ложка измельченной зелени петрушки или укропа, соль по вкусу.*

Кабачки и тыкву очистить, нарезать толстыми ломтиками, морковь – тонкими кружками, капусту нашинковать. Рис засыпать в кипящую воду. Через 5 – 6 минут добавить морковь и капусту, варить на слабом огне. За 5 минут до окончания варки в суп положить нарезанные кабачки и тыкву, соль и довести до кипения.

При подаче к столу суп посыпать зеленью и заправить сливочным маслом.

Суп с кабачками, горохом и рисом

*2 л воды, 1 небольшой кабачок, 1 луковица, 1 морковь, 3 клубня картофеля, 1 пучок зелени петрушки, 2 лавровых листа, 1 /*2 *стакана гороха, 1 /*2 *стакана риса, 2 столовые ложки топленого масла, 1 столовая ложка томатной пасты, 2 столовые ложки сметаны, соль и перец по вкусу.*

Кабачок очистить, нарезать, поместить в кастрюлю, залить водой и варить на слабом огне 10 минут. Лук нашинковать, морковь нарезать соломкой, обжарить на топленом масле с томатной пастой и добавить в кабачки. Затем всыпать предварительно замоченный горох и рис.

За 5 минут до готовности в кастрюлю положить лавровый лист, соль и перец.

Перед подачей к столу суп заправить сметаной и украсить измельченной зеленью петрушки.

Суп-пюре из гороха и зелени

*11 /*2 *л воды, 2 стакана гороха, 2 столовые ложки лимонного сока, 1 столовая ложка кунжутного семени, зелень петрушки и укропа, сливочное или растительное масло, соль.*

Горох сварить в подсоленной воде, затем протереть его через сито и поварить еще 5 – 6 минут. Добавить лимонный сок и кунжутное семя. Готовый суп посыпать мелко нарезанной зеленью и полить маслом.

Овсяный суп

2 л воды, 1 стакан овсяной крупы, 1 столовая ложка растительного масла, соль, лимонный сок, изюм, сахар по вкусу.

Овсяную крупу залить 4 стаканами воды, кипятить, пока

крупа не разварится, посолить, протереть через сито, полить маслом, разбавить кипятком. Добавить лимонный сок, изюм и сахар по вкусу и варить еще 20 минут на медленном огне.

Суп-пюре из фасоли

2 л воды, 2 стакана фасоли, 1 /2 корня сельдерея, 2 моркови, 1 луковица, 2 корня петрушки, 5 столовых ложек подсолнечного масла, 1 столовая ложка муки, зелень петрушки, гренки.

Фасоль замочить на 5 часов и варить в той же воде. Добавить луковицу, корень сельдерея, морковь, корни петрушки, нарезав их крупными кусочками, 1 столовую ложку подсолнечного масла. Готовые овощи протереть через сито.

Поджарить муку с оставшимся подсолнечным маслом, смешать с пюре и выложить в суп. Поварить несколько минут и снять с огня. Готовый суп посыпать мелко нарезанной зеленью петрушки. Подавать с гренками.

Суп из чечевицы с чесноком и маком

2 л воды, 1 стакан чечевицы, 1 головка чеснока, 1 стебель лука-порея, 1 луковица, 1 столовая ложка маковых зерен, 4 столовые ложки подсолнечного масла, 1 столовая ложка муки, 1 /2 чайной ложки красного молотого перца, лимонный сок, соль.

Сварить стакан чечевицы вместе с головкой чеснока, разобранной на зубчики, и стеблем лука-порея в подсоленной воде. Луковицу мелко нарезать, поджарить на подсолнечном масле вместе с мукой и красным молотым перцем и добавить в суп, когда чечевица станет мягкой.

Перед тем как снять с огня, заправить суп лимонным соком и маковыми зернами. Подавать в холодном или горячем виде. Отдельно к столу можно подать толченый чеснок.

Суп с горохом и чесноком

2 л воды, 2 клубня картофеля, 1 луковица, 1 морковь, 1 /2 пучка зелени укропа, 4 зубчика чеснока, 2 лавровых листа, 6 горошин черного перца, 1 стакан гороха, 2 столовые ложки сливочного масла, соль по вкусу.

Картофель очистить, нарезать кубиками, поместить в кастрюлю, залить водой, довести до кипения на умеренном огне, после чего добавить промытый горох и варить до готовности.

Лук измельчить и обжарить на сливочном масле с натертой на терке морковью. Полученную массу поместить в суп и варить 10 минут. За 5 минут до готовности суп посолить, поперчить, добавить лавровый лист, толченый чеснок и измельченную зелень.

Блюдо подать к столу в горячем виде.

Суп-пюре из фасоли и чечевицы

2 л воды, 1 стакан фасоли, 1 стакан чечевицы, 1 пучок зелени

петрушки и укропа, 2 столовые ложки сливочного масла, соль по вкусу.

Фасоль и чечевицу промыть, поместить в кастрюлю, залить водой, посолить и варить до готовности, после чего протереть через сито и поварить еще 5 – 6 минут.

Готовый суп посыпать мелко нарезанной зеленью укропа и петрушки, полить растопленным сливочным маслом и подать к столу.

Суп из бобов

2 л воды, 1 /2 кг бобов, 2 яйца, 4 – 5 стеблей зеленого лука, 2 – 3 стебля чеснока, 1 пучок зелени укропа, 1 столовая ложка муки, 1 стакан кислого молока, 2 столовые ложки подсолнечного масла, перец, соль по вкусу.

Бобы предварительно замочить в воде, затем жидкость слить, вновь залить водой, посолить и варить на медленном огне.

Стебли лука и чеснока мелко нарезать и поджарить на подсолнечном масле. Добавить муку, перец и развести водой.

В готовые бобы положить пассерованные лук и чеснок и продолжать варить еще 5 – 10 минут.

Затем добавить в суп мелко нарезанную зелень укропа.

Готовый суп заправить яйцами и кислым молоком и подать к столу.

Суп из фасоли и кукурузы

2 л бульона, 150 г фасоли, 100 г кукурузы, 1 луковица, 2 корня сельдерея, 2 столовые ложки подсолнечного масла, 3 столовые ложки яблочного пюре, 2 столовые ложки измельченной зелени петрушки, перец и соль по вкусу.

Фасоль и кукурузу положить в миску, залить холодной водой и оставить на 8 часов. Затем слить воду, фасоль и кукурузу промыть, просушить, положить в бульон, кипятить на сильном огне в течение 15 минут, после чего накрыть крышкой и продолжать варить еще 45 минут.

Нагреть на сковороде подсолнечное масло, поджарить в нем измельченные лук и корни сельдерея. Добавить вместе с яблочным пюре к фасоли и варить в течение 20 минут.

Готовое блюдо посолить, поперчить и подать к столу, посыпав измельченной зеленью петрушки.

Смешанный фасолевый суп

1 стакан яблочного сока, 200 г сухой фасоли (бобов), 1 л вегетарианского бульона, 2 столовые ложки подсолнечного масла, 1 зубчик чеснока, 1 луковица, 3 столовые ложки яблочного уксуса, 3 столовые ложки томатного пюре, молотый черный перец, зелень петрушки, соль.

Фасоль положить в миску, залить холодной водой и оставить

на 9 часов. Слить воду, фасоль промыть и просушить. Положить в бульон, довести до кипения, кипятить на сильном огне в течение 50 минут.

Нагреть на сковороде подсолнечное масло, жарить в нем измельченные чеснок и лук, пока они не станут мягкими. Добавить к фасоли вместе с томатным пюре, яблочным соком и уксусом. Кипятить в течение 20 минут.

Посолить, поперчить по вкусу, подать к столу со свежей петрушкой, нарезанной и насыпанной в тарелки.

Бобовый суп «Эмильен»

2 л воды, 1/2 кг бобов, 4 столовые ложки подсолнечного масла, 1 столовая ложка муки, 2 яйца, 1 столовая ложка маковых зерен, 1 стакан ананасового сока, 2 киви, 1 стакан сливок, 1/2 чайной ложки красного молотого перца, 5 стеблей зеленого лука, 2 – 3 стебля чеснока, кинза, соль, зелень.

Бобы предварительно замочить. Воду, в которой они были замочены, слить, залить новой, посолить и поставить их варить на медленный огонь.

Стебли лука и чеснока мелко нарезать и поджарить на подсолнечном масле. Добавить муку, перец, сок и развести водой.

Когда бобы станут мягкими, положить пассерованные лук и чеснок и поварить еще 5 – 10 минут. Добавить мелко нарезанную зелень.

Готовый суп заправить яйцами, маком, сливками и украсить дольками очищенных киви и рубленой кинзой.

Суп «Пустынник»

11/2 л воды, 1 стакан овсяной крупы, 1 ложка растительного масла, 1 столовая ложка лимонного сока, по 1/2 стакана крупной кураги и изюма, сахар и соль по вкусу.

Овсяную крупу поместить в кастрюлю, залить водой, довести до кипения, посолить, варить 20 минут, после чего бульон процедить, а крупу протереть через сито.

Полученную смесь полить маслом, разбавить кипятком, влить лимонный сок. Изюм и курагу мелко нарезать и перетереть с сахаром. Все это добавить в суп и варить его 20 минут на слабом огне.

Суп-пюре с пшеном, яйцами и виноградом

2 л воды, 3 яйца, 3 клубня картофеля, 1 пучок зелени укропа, 1 стакан пшена, 100 г свежего винограда «изабелла», 1 столовая ложка муки, 1 столовая ложка сливочного масла, 2 столовые ложки томатной пасты, соль по вкусу.

Картофель очистить, поместить в кастрюлю с водой, посолить и варить до готовности, после чего вынуть и протереть на мелкой терке вместе со сваренными вкрутую и очищенными яйцами.

Муку поджарить, добавить томатную пасту и сливочное масло и продолжать жарить еще 2 – 3 минуты. Затем полученную массу смешать с протертыми яйцами и картофелем.

Ингредиенты соединить с предварительно отваренным и протертым через сито пшеном, перемешать, поместить в кипящий картофельный бульон и варить 10 минут.

Готовый суп-пюре украсить измельченной зеленью укропа, ягодами винограда, разлить по тарелкам и подать к столу.

Пшенный суп со взбитыми сливками

2 л воды, 2 стакана взбитых сливок, 2 клубня картофеля, 2 стакана пшена, 2 яблока, соль по вкусу, сливочное масло, зелень.

Картофель и яблоки очистить, нарезать кубиками, поместить в кастрюлю, залить водой и варить на умеренном огне 15 минут. Затем в бульон добавить промытое пшено, соль и продолжать варить еще 15 минут.

За 5 минут до готовности влить в суп 1 стакан взбитых сливок. Готовое блюдо разлить по тарелкам, положив в каждую по кусочку сливочного масла, украсить зеленью, оставшимися сливками и подать к столу.

Суп-пюре из фасоли и сельдерея

2 л воды, 2 стакана фасоли, 1 корень сельдерея, 2 моркови, 2 корня петрушки, рубленая зелень петрушки, 1 столовая ложка сливочного масла, 3 ломтика хлеба, соль и перец по вкусу.

Фасоль замочить на 3 часа и варить в той же воде до готовности. Затем в бульон добавить корень сельдерея, морковь, корни петрушки, нарезав их крупными кусками, и варить еще 20 минут.

Готовые овощи взбить миксером, посолить, поперчить, варить 10 минут и снять с огня.

Готовый суп посыпать мелко нарезанной зеленью петрушки. Подавать с ломтиками хлеба, поджаренными на сливочном масле.

Суп «Чесночный»

11 /2 л воды, 5 зубчиков чеснока, 1 стебель лука-порея, 1 стакан чечевицы, 50 г сливочного масла, 1 столовая ложка манной крупы, 1/2 чайной ложки красного молотого перца, соль по вкусу.

Варить стакан чечевицы вместе с зубчиками чеснока, стеблем лука-порея в подсоленной воде 30 минут. Поджарить на сливочном масле манную крупу и соединить с супом.

Перед тем как снять кастрюлю с огня, добавить в бульон перец. Подавать к столу в холодном или горячем виде.

Суп из тыквы с сухофруктами

2 л воды, 500 г тыквы, 1 стакан сухофруктов, 1/2 стакана сахара, 1/2 стакана сметаны, ванильный сахар или ванилин по вкусу.

Тыкву очистить от кожицы и семян, нарезать кубиками, залить кипящей водой и довести до готовности (5 – 8 минут), отвар слить и сохранить.

Сухофрукты перебрать, промыть, замочить на 3 – 4 часа, затем поварить 15—20 минут, отвар процедить, а сухофрукты мелко нарубить.

Отвары тыквы и сухофруктов соединить, добавить кусочки тыквы и рубленые сухофрукты, сахар, ванилин и довести до кипения. Подать, добавив в суп сметану.

Суп из натертых кабачков

2 л воды, 2 кабачка, 2 столовые ложки муки, 4 столовые ложки масла, 2 яйца, 1 стакан кислого молока, рубленая зелень петрушки и укропа, соль.

Кабачки очистить и натереть на терке. Налить в кастрюлю 7 – 8 стаканов воды, посолить и довести до кипения.

Опустить в кипящую воду подготовленные кабачки и варить около 10 минут.

Муку поджарить на масле, заправить ею суп. Поварить еще около 5 минут, снять с огня и добавить зелень петрушки и укропа. Перед подачей к столу заправить яйцами, взбитыми с кислым молоком.

Суп из кабачков с яйцами и картофелем

2 л воды, 1 небольшой кабачок, 4 клубня картофеля, 1 луковица, 4 яйца, 1 стакан яблочного пюре, кинза, 1 пучок зелени укропа, 2 столовые ложки сливочного масла, 1 столовая ложка сметаны, соль и перец по вкусу.

Кабачок и картофель очистить, нарезать небольшими кубиками, поместить в кастрюлю, залить водой и довести до кипения на умеренном огне. Лук нашинковать, обжарить с яблочным пюре на сливочном масле. Полученную массу добавить в суп и варить 30 минут. За 5 минут до готовности в блюдо влить взбитые с солью и перцем яйца.

Суп разлить по тарелкам, украсить измельченной зеленью укропа, заправить сметаной и подать к столу.

Суп кефирный с морковью и изюмом

1 /2 л воды, 1 /2 стакана изюма, 2 стакана кефира, тертая морковь по вкусу.

Промытый изюм залить горячей водой, довести до кипения и охладить. В полученную смесь добавить кефир и тертую морковь. Перемешать и подавать холодным.

Суп кефирный с морковью и курагой

1 стакан воды, 1 морковь, 100 г кураги, 21 /2 стакана кислого молока, соль по вкусу.

Промытую курагу залить стаканом горячей воды, довести до

кипения и охладить. В полученную смесь добавить кислое молоко, тертую морковь, соль и варить 5 минут.

Готовое блюдо можно подавать к столу в горячем и холодном виде.

Суп из свежих огурцов и редиса

11 /3 л пахты, 6 огурцов, 300 г редиса, 100 г репчатого или зеленого лука, зелень петрушки, 5 столовых ложек майонеза, соль по вкусу.

Свежие огурцы и редис вместе с листочками измельчить, лук и зелень петрушки мелко нарезать, добавить майонез, соль, залить холодной пахтой и перемешать.

Суп из свежих огурцов с плавленым сыром

11/ 4 *л воды, 5 огурцов, 1 луковица, 1 пучок зелени петрушки, 200 г плавленого сыра, 1 /2 стакана сметаны, молотый перец и соль по вкусу.*

В кипящую воду положить плавленый сыр, соль, молотый перец и проварить 2 – 3 минуты.

В полученную массу добавить нарезанные соломкой огурцы, рубленый лук, сметану и измельченную зелень петрушки.

Суп из овощей со свежими огурцами и картофелем

11/2 л бульона или воды, 100 мл молока, 3 свежих огурца, 4 клубня картофеля, 1 луковица, 1 морковь, 2 столовые ложки томатного пюре, 100 г зеленого горошка, 40 г салата, 40 г сливочного масла, мука, 1 яичный желток, соль по вкусу.

Морковь и лук измельчить и обжарить в масле (предварительно обваляв их в муке) с добавлением томатного пюре, положить в кипящую воду или бульон, туда же добавить нарезанный картофель и варить 20 минут.

За 5 минут до окончания варки опустить в суп нарезанные огурцы, нашинкованный салат и зеленый горошек, посолить. Перед подачей к столу положить в тарелки с супом по столовой ложке смеси из сырого яичного желтка и молока.

Суп из белокочанной капусты, свежих огурцов и кефира

1 л воды, 4 свежих огурца, 300 г белокочанной капусты, 1 луковица, 1 морковь, 1 /2 стакана сметаны, 1 /2 л кефира, укроп, соль по вкусу.

В кипящую воду положить нарезанные капусту, морковь, репчатый лук, соль, довести до кипения и охладить. К овощам добавить нарезанные соломкой огурцы, кефир и посыпать рубленым укропом. Подавая к столу, положить сметану.

Суп из брюссельской капусты, свежих огурцов и кислого молока

1 л воды, 4 огурца, 1 /2 кг брюссельской капусты, 1 луковица, 1 морковь, 1 /2 пучка зелени укропа, 1 /2 стакана сметаны, 2

стакана кислого молока, соль по вкусу.

В кипящую воду положить мелко нарезанную капусту, нашинкованную морковь, измельченный репчатый лук и соль. Бульон довести до кипения и охладить.

Затем к овощам добавить очищенные и нарезанные соломкой огурцы, влить кислое молоко и посыпать рубленым укропом. Готовое блюдо заправить сметаной и подать к столу.

Суп из шпината, базилика и орехов

3 – 4 стакана овощного бульона из кубиков, 200 г шпината, 1 пучок базилика, несколько миндальных орехов, 2 луковицы, 1 зубчик чеснока, 1 /2 стакана сливок, 1 столовая ложка топленого масла, 1 столовая ложка муки, 2 столовые ложки тертого сыра, черный молотый перец и соль по вкусу.

Чеснок измельчить, лук нарезать кубиками. Ингредиенты смешать и обжарить на топленом масле. В полученную массу добавить муку, слегка поджарить, после чего смесь влить в бульон и варить 10 минут.

Затем положить измельченный шпинат, довести суп до кипения и добавить в него нашинкованные листья базилика.

С помощью миксера взбить суп до получения густой массы, поперчить, посолить, посыпать молотыми орехами и перемешать. Сливки взбить и положить в каждую тарелку. Суп украсить тертым сыром и подать к столу.

Суп, приготавливаемый по вторникам (шведское блюдо)

11 /2 л бульона, 2 моркови, 200 г репы, пастернак, 1 луковица, 1 /2 стакана риса, 40 г сливочного маргарина, 1 л молока, соль по вкусу.

Пастернак, репу, репчатый лук, морковь мелко нарезать и пассеровать на сливочном маргарине. Все овощи положить в бульон, добавить отдельно отваренный рис, горячее молоко, соль и перемешать. Варить 5 минут.

Суп с макаронами и овощами

2 л воды, 250 г макаронных изделий, 2 цуккини небольшого размера, 1 стакан стручковой фасоли, 1 стакан консервированной красной фасоли, 1 небольшая банка зеленого горошка, 1 морковь, 1 столовая ложка сливочного масла, 1 бульонный кубик, зелень, перец и соль по вкусу.

Стручковую фасоль, морковь и цуккини измельчить и пассеровать в кастрюле в сливочном масле, затем добавить 2 л воды, довести до кипения, всыпать раскрошенный бульонный кубик и кипятить 15 минут, затем положить макароны, красную фасоль и горошек, варить 10 минут. Готовый суп поперчить, посолить и посыпать рубленой зеленью.

Суп-пюре «Походный»

11 /2 л воды, 4 ломтика черного хлеба, 3 – 4 клубня картофеля, 4 моркови, 1 корень сельдерея, 2 стебля лука-порея, 1 зубчик чеснока, 2 – 3 столовые ложки растительного масла, соль по вкусу.

Морковь, корень сельдерея, стебли лука-порея мелко нарезать и тушить на растительном масле 20 минут. Затем залить ингредиенты горячей водой, добавить нарезанный картофель и соль по вкусу, варить до готовности. Овощи протереть через сито, смешать с овощным отваром и дать закипеть.

Готовый суп заправить оставшимся растительным маслом, разлить по тарелкам и подать к столу с гренками из черного хлеба, натертыми чесноком и запеченными в предварительно разогретой духовке.

Суп из кореньев со шпинатом

11 /2 л воды, 300 г шпината, 200 г щавеля, 1 корень петрушки, 1 корень сельдерея, 3 столовые ложки растительного масла, 1 морковь, 3 луковицы, 1 пучок зелени петрушки, соль и перец по вкусу.

Морковь, корни петрушки и сельдерея, лук нашинковать, пассеровать на масле 5 – 6 минут, поместить в кастрюлю, залить горячей водой и варить 6 – 8 минут. Затем добавить нарезанные щавель и шпинат, посолить, поперчить и варить еще 5 – 6 минут.

Готовый суп посыпать нарезанной зеленью петрушки и подать к столу.

Суп на скорую руку

11 /2 л воды, 100—150 г сливочного масла, 1 большая луковица, 4 клубня картофеля, 3 яблока, 1 яйцо, 300 г спагетти, 1 морковь, измельченная зелень, соль.

В кастрюле растопить сливочное масло. Лук измельчить и пассеровать в масле. Добавить нарезанные мелкими кубиками картофель и яблоки, затем, помешивая, жарить их в течение 1 – 2 минут. Влив кипяток, довести суп до кипения и положить спагетти и соль.

Взбить яйцо и, когда спагетти и картофель будут готовы, медленно влить его в кастрюлю с супом. Морковь натереть на мелкой терке и вместе с зеленью положить в готовый суп.

Суп «Машенька»

11 /2 л воды, 1 банка консервированного горошка, 4 – 5 клубней картофеля, 1 /2 кг капусты, 1 – 2 моркови, 1 луковица, 2 яйца, 2 столовые ложки муки, специи.

Очистить картофель, промыть и нарезать кубиками. В кастрюле вскипятить воду и нашинковать капусту. В закипевшую воду положить горошек, картофель, капусту, специи и варить до готовности.

Отдельно пассеровать лук и морковь, заправить яйцами и мукой, переложить в кастрюлю с супом.

Суп-пюре «Рафаэль»

4 стакана овощного бульона, 200 г свежего молодого щавеля, базилик, 1 грецкий орех, 2 луковицы небольшого размера, 1 зубчик чеснока, 2 стакана сливок, 1 столовая ложка растительного масла, 1 столовая ложка муки,

2 столовые ложки тертого сыра, черный молотый перец и соль по вкусу.

Чеснок измельчить прессом, лук нарезать кубиками, все обжарить в растительном масле, затем добавить муку, слегка поджарить, влить бульон. Добавить мелко нарезанный щавель, довести до кипения, затем положить измельченные листья базилика.

С помощью миксера взбить суп до образования пюре, по вкусу поперчить и посолить, добавить очищенный и измельченный орех. Сливки взбить и положить в каждую тарелку. Суп украсить сыром и листьями базилика.

Суп «Венеция»

2 л воды, 2 клубня картофеля, 1 луковица, по 1 пучку зелени укропа, петрушки и кинзы, 3 лавровых листа, 1 стакан тертого сыра, 1 столовая ложка топленого масла, 2 столовые ложки томатной пасты, 1 столовая ложка майонеза, соль и перец по вкусу.

Картофель очистить, нарезать кубиками, поместить в кастрюлю, залить водой и варить на слабом огне 15 минут. Лук нашинковать, обжарить с томатной пастой на топленом масле, добавить в бульон и варить еще 10 минут.

За 5 минут до готовности всыпать в суп тертый сыр, измельченную зелень, соль, перец и добавить лавровый лист.

Готовое блюдо заправить майонезом и подать к столу.

Зеленый суп

2 л воды, 5 клубней картофеля, 3 – 4 пера зеленого лука, 1 пучок щавеля, рубленая зелень петрушки, 1 яйцо, 4 столовые ложки кислого молока, черный перец и соль по вкусу.

Зеленый лук и щавель мелко нарезать, поместить в кастрюлю, залить горячей водой, посолить, довести до кипения на умеренном огне, добавить нарезанный кубиками картофель и варить 25 минут.

Готовый суп заправить взбитым с кислым молоком яйцом, посыпать черным перцем и мелко нарезанной зеленью петрушки.

Суп из зелени петрушки и сыра

11 /2 л воды, 1 луковица, 2 помидора, 2 яйца, 2 пучка зелени петрушки, 2 столовые ложки муки, 4 столовые ложки сливочного

масла, 150 г брынзы (или плавленого сыра), соль и черный молотый перец по вкусу.

Луковицу мелко нарезать и обжарить на сливочном масле. Затем добавить муку и тушить еще 5 минут, после чего смешать с мелко нарезанной зеленью петрушки, солью, залить водой и, помешивая, довести суп до кипения.

В кипящий суп положить очищенные и нарезанные помидоры, измельченную брынзу и варить еще 15—20 минут.

Готовый суп разлить по тарелкам, положив в каждую половинки сваренных вкрутую яиц, посыпать черным перцем и подать к столу.

Суп из лука-порея с морковью и картофелем

1 л воды, 2 моркови, 2 – 3 стебля лука-порея, 4 клубня картофеля, 1 столовая ложка риса, 3 столовые ложки сливочного масла, соль, зелень петрушки.

Очистить и мелко нарезать стебли лука-порея и морковь, залить подсоленной водой и варить. Когда морковь станет мягкой, положить нарезанный кубиками картофель и рис.

Готовый суп снять с огня и заправить мелко нарезанной зеленью петрушки и сливочным маслом.

Суп-пюре из риса, яблок и слив

11 /2 л воды, 150 г риса, 3 ломтика хлеба, 4 яблока, 1 стакан слив, 3 столовые ложки сахара, 3 столовые ложки сливочного масла, соль по вкусу.

Рис промыть, поместить в кастрюлю, залить водой, посолить и варить до готовности. Свежие яблоки нарезать, сложить в глубокую посуду, добавить сахар, сливы, залить холодной водой и варить на слабом огне, периодически помешивая, 25 минут.

Затем сваренные сливы, яблоки и рис, не остужая, протереть через сито, влить отвар, довести до кипения и варить еще 3 – 5 минут.

Готовый суп посолить, заправить маслом и подать к столу с ломтиками хлеба, предварительно запеченными в духовке.

Суп «Чиполлино»

1 л воды, 2 моркови, 4 стебля лука-порея, 3 луковицы, 1 /2 пучка зелени укропа, 1 столовая ложка гречневой крупы, 3 столовые ложки сметаны, соль и перец по вкусу.

Очистить и мелко нарезать морковь, лук и стебли лука-порея, поместить ингредиенты в кастрюлю, залить подсоленной водой и варить 15 минут. Затем положить гречневую крупу, перец, соль и варить еще 20 минут.

Готовый суп снять с огня и заправить мелко нарезанной зеленью укропа и сметаной.

Зеленый суп «Фея»

11 /2 л воды, 5 клубней картофеля, 3 – 4 пера зеленого лука, 200 г щавеля, 1 яйцо, 2 груши, 1 банан, черный перец, зелень петрушки, соль.

Зеленый лук мелко нарезать, щавель нарезать полосками и залить горячей водой, посолить. Довести до кипения, добавить картофель и груши, нарезанные кубиками.

Готовый суп заправить яйцом, посыпать черным перцем и мелко нарезанной зеленью петрушки. Украсить блюдо нарезанным тонкими кружочками бананом.

Хлебный суп с зеленью

11/2 л овощного бульона, 350 г ржаного хлеба, 4 – 5 столовых ложек растительного масла, зелень укропа или петрушки, соль.

Одну часть ржаного хлеба нарезать ломтиками и подсушить в духовке, другую протереть и поджарить на масле. Положить в кастрюлю поджаренный тертый хлеб, подсушенные гренки, измельченную зелень укропа или петрушки, влить горячий овощной бульон, посолить и сразу же подать суп к столу.

Суп из кураги

1 л воды, 200 г кураги, 1 /2 стакана вареного риса.

Курагу промыть и мелко нарезать, залить 4 стаканами кипятка и настаивать 2 – 3 часа. Добавить вареный рис и разбавить кипяченой водой. Подать к столу холодным.

Суп из вишни с рисом

11 /2 л воды, 500 г вишни, мед или сахар, 1 стакан риса.

Вишню промыть и удалить косточки. Залить их 11/2 л воды, прокипятить с медом (или сахаром) и процедить. В полученный отвар засыпать рис и варить до готовности. Перед окончанием варки добавить очищенную вишню.

Суп с омлетом и зеленым горошком

4 стакана воды, 1 морковь, 2 яйца, 2 столовых ложки консервированного зеленого горошка, по 1 столовой ложке сливок и сливочного масла, 1 чайная ложка мускатного ореха, черный молотый перец и соль по вкусу.

Нарезать кружками морковь, промыть зеленый горошек, поместить в кастрюлю, залить водой и варить до готовности.

В отдельной посуде смешать яйца, сливки, мускатный орех, соль и перец. Сковороду смазать маслом и вылить на нее полученную смесь. Омлет запечь в предварительно разогретой духовке, охладить, нарезать большими кусками, добавить в суп и подать к столу.

Суп-пюре с каштанами

1 л овощного бульона, 50 каштанов, соль по вкусу.

Каштаны обжаривать в предварительно разогретой духовке 15 минут, очистить и отварить до готовности в бульоне. Затем

вынуть, протереть через сито, поместить в отвар, посолить и подать к столу в горячем виде.

Суп «Флора»

11 /2 л воды, 3 моркови, 2 корня петрушки, по 1 пучку зелени укропа, петрушки и кинзы, 1 луковица, 4 помидора, 2 столовые ложки топленого масла, тмин, перец и соль по вкусу.

Мелко нарезать лук и обжарить его на топленом масле. Очистить коренья, нарезать, поместить в кастрюлю и залить горячей водой. Когда вода с овощами закипит, добавить в этот отвар обжаренный лук, измельченную зелень, тмин, соль, перец и варить еще 3 – 5 минут.

Перед подачей к столу положить в каждую тарелку с супом по ломтику свежего помидора.

Овощной суп с молоком

3 стакана воды, 2 стакана молока, 2 клубня картофеля, 1 /2 стакана пшена, соль по вкусу.

Пшено промыть и отварить в молоке. Картофель нарезать ломтиками, поместить в кастрюлю, залить водой и варить до готовности. Затем пшено поместить в кастрюлю с картофелем, посолить и варить еще 10 минут. Полученную смесь взбить миксером и прокипятить.

Готовое блюдо подать к столу горячим.

Картофельно-яичный суп

2 л воды, 3 клубня картофеля, 3 яйца, по 1 пучку зелени укропа и петрушки, 2 лавровых листа, 1 столовая ложка сливочного масла, 2 столовые ложки яблочного пюре, 1 столовая ложка сметаны, перец и соль по вкусу.

Картофель очистить, нарезать кубиками, поместить в кастрюлю, залить водой, посолить и довести до кипения на умеренном огне.

Обжарить яблочное пюре на сливочном масле, смешать с супом, взбитыми яйцами, перцем, лавровым листом, измельченной зеленью и варить еще 10 минут.

Готовое блюдо разлить по тарелкам, заправить сметаной и подать к столу.

Суп с макаронами, цуккини и консервированной фасолью

11 /2 л воды, 250 г макаронных изделий, 3 моркови, 2 цуккини небольшого размера, 1 пучок зелени укропа, 1 стакан консервированной красной фасоли, 1 небольшая банка зеленого горошка, 1 столовая ложка сливочного масла, 1 бульонный кубик, перец и соль по вкусу.

Морковь и цуккини измельчить и пассеровать в кастрюле на сливочном масле, затем добавить воду, довести суп до кипения, положить бульонный кубик и варить еще 15 минут, после чего

всыпать макароны, красную фасоль, горошек и продолжать варить в течение 10 минут.

Готовый суп поперчить, посолить, посыпать рубленой зеленью и подать к столу.

Суп с вермишелью и петрушкой

21 /2 л воды, 4 клубня картофеля, 1 луковица, 1 стакан вермишели, 1 столовая ложка сливочного масла, 2 лавровых листа, 1 пучок зелени петрушки, соль и перец по вкусу.

Картофель очистить, нарезать небольшими кубиками, поместить в кастрюлю, залить водой, поставить на огонь и варить 10 минут. Затем в суп добавить соль, всыпать вермишель и варить еще 10 минут.

Лук измельчить, обжарить на сливочном масле, после чего полученную массу добавить в бульон вместе с лавровым листом и перцем. Суп варить еще 5 минут, затем снять с огня, разлить по тарелкам, украсить рубленой зеленью петрушки и подать к столу.

Суп из овсяной крупы

2 л воды, 100 г свежей вишни, 11 /2 стакана овсяной крупы, 2 столовые ложки растительного масла, соль по вкусу.

Овсяную крупу промыть, залить холодной водой и варить до готовности. Полученный бульон процедить, крупу протереть через сито, затем вновь смешать с отваром, добавить освобожденную от косточек, промытую вишню, растительное масло, соль и варить еще 10 минут.

Готовое блюдо можно подать к столу в холодном или горячем виде.

Суп из кураги и изюма

11 /2 л воды, 200 г кураги, 100 г изюма, 1 /2 стакана отварного риса, соль по вкусу.

Курагу и изюм промыть, мелко нарезать, залить кипятком и настаивать 2 – 3 часа. Затем добавить предварительно отваренный и подсоленный рис и разбавить холодной кипяченой водой.

Готовый суп подать к столу холодным.

Суп из черешни с рисом

11 /2 л воды, 500 г черешни, 1 стакан риса, 1 столовая ложка меда или сахара.

Черешню промыть, удалить косточки, поместить в кастрюлю, залить водой и прокипятить с медом или сахаром, после чего процедить.

В полученный отвар засыпать рис и варить до готовности. За 5 минут до окончания варки добавить черешню.

Сладкий суп с молоком и сухофруктами

2 л молока, 2 стакана сухофруктов, 1 стакан вермишели, 1 /2

стакана сахара, 1 пакетик ванильного сахара, 1 столовая ложка сливочного масла.

Сухофрукты промыть, поместить в кастрюлю, залить молоком и довести до кипения на слабом огне. Затем в суп добавить вермишель, сахар, ванильный сахар и варить на слабом огне, постоянно помешивая, до готовности.

Готовое блюдо можно подать к столу в горячем или холодном виде. Заправить сливочным маслом.

Крестьянский суп

11 /2 л воды, 300 г черствого хлеба, 1 редька, 3 яйца, 1 луковица, 3 столовые ложки подсолнечного масла, 2 столовые ложки сливочного масла, по 1 столовой ложке измельченной зелени петрушки и укропа, 4 столовые ложки сметаны, соль по вкусу.

Хлеб нарезать небольшими кусочками. Вскипятить воду в кастрюле. Измельчить петрушку и укроп, нашинковать лук и обжарить ингредиенты на сливочном масле.

Редьку почистить, нашинковать, смешать с растительным маслом и посолить.

В закипевшую воду поместить лук, зелень и кусочки хлеба. При постоянном помешивании добавить в суп взбитые яйца.

Готовое блюдо заправить сметаной и подать к столу. Редьку подать отдельно.

Похлебка «Деревенская»

2 л воды, 3 ломтика черного хлеба, 2 яйца, 1 луковица, 2 клубня картофеля, 2 зубчика чеснока, 1 пучок зелени укропа, 1 столовая ложка топленого масла, 2 столовые ложки сметаны, соль и перец по вкусу.

Хлеб натереть чесноком, нарезать небольшими кусочками и обжарить с измельченным луком на топленом масле.

Картофель очистить, нарезать кубиками, поместить в кастрюлю, залить водой, посолить, поставить на огонь и варить 20 минут. За 5 минут до готовности в бульон добавить обжаренные хлеб и лук, сваренные вкрутую, очищенные и нарезанные яйца, перец и измельченную зелень укропа.

Готовое блюдо разлить по тарелкам, заправить сметаной и подать к столу.

Суп из кислого молока и укропа

1 л воды, 1 л кислого молока, 5 клубней картофеля, 3 столовые ложки муки, зелень укропа, яичный желток, соль, тмин, уксус, сахар.

Картофель очистить, помыть, нарезать кубиками, положить в кастрюлю, залить водой с добавлением тмина и соли и варить 10 минут. Затем влить заправку, сделанную из кислого молока, муки

и желтка.

Осторожно перемешать содержимое кастрюли.

Суп заправить уксусом и сахаром по вкусу, украсить измельченной зеленью укропа.

Суп из кефира с овощами и кореньями

1 л кефира, 1/2 л воды, 1/2 молодой свеклы, 60 г корни петрушки, 1 морковь, 1 луковица, 50 г маковых зерен, 1 столовая ложка лимонного сока, 2 столовые ложки растительного масла, зелень петрушки или укропа, соль по вкусу.

Корни петрушки, лук, очищенные свеклу и морковь нарезать соломкой.

Тушить овощи в небольшом количестве воды с растительным маслом 8-10 минут, затем добавить маковые зерна и лимонный сок и тушить еще 7-8 минут, посолить, охладить и залить смесью кефира и кипяченой воды, посыпать рубленой зеленью.

Подать холодным.

Суп сметанный из свежих грибов и лука

1 л воды, 1/2 стакана сметаны, 6 свежих шампиньонов, 1 морковь, 2 луковицы, 1 столовая ложка сливочного масла, зелень укропа, соль.

Шампиньоны отварить и мелко нарезать. Морковь и лук натереть на крупной терке и пассеровать на сливочном масле.

Грибной отвар смешать со сметаной, посолить, добавить пассерованные морковь и лук. Все перемешать и варить 5 минут.

Готовый суп украсить измельченной зеленью укропа.

Яблочная окрошка

2 л пахты, 3 огурца, 150 г редиса, 1 крупное яблоко, 3 столовые ложки измельченного зеленого лука, 1 столовая ложка измельченной зелени укропа, 1/2 стакана сметаны, соль, горчица по вкусу.

Яблоко и овощи вымыть, очистить от кожицы и нарезать соломкой. Добавить зелень и все перемешать. Залить полученную массу пахтой, посолить, добавить горчицу, сметану и еще раз все тщательно перемешать. Окрошку охладить и подать к столу.

Окрошка из кислого молока

1 свежий огурец, 1/2 л кислого молока или кефира, 7 зубчиков чеснока, 1 столовая ложка подсолнечного масла, 10 очищенных грецких орехов, рубленая зелень, соль по вкусу, 1 чайная ложка уксуса.

С помощью чесночницы измельчить чеснок, мелко нарубить огурец и положить все в кастрюлю с кислым молоком. Добавить соль, уксус и подсолнечное масло. Все перемешать. Затем влить 1 стакан холодной кипяченой воды.

Готовую окрошку украсить рубленой зеленью и

измельченными орехами.

Суп «Чудо»

1 л воды, 600 г спелых слив, 1 стакан сметаны, 1 столовая ложка картофельной муки, гвоздика, корица, сахарный песок, соль по вкусу.

Сливы перебрать, вымыть, удалить косточки, залить горячей водой, добавить корицу, гвоздику и варить 15 минут на сильном огне. Затем сливы протереть через сито, добавить сахар, соль и взбитую с картофельной мукой сметану.

Все тщательно перемешать, довести суп до кипения, охладить и подать к столу.

Суп «Творожно-медовый»

1 л пахты, 1 л воды, 500 г яблок, 1 чайная ложка лимонной кислоты, 50 г риса, 100 г творога, 1 столовая ложка меда, соль, корица по вкусу.

Яблоки очистить от кожицы и семян, натереть на крупной терке и залить лимонным соком. Затем поместить полученную массу в кастрюлю с теплой водой, смешать с вареным рисом и протертым через сито творогом, посолить, добавить корицу, мед. Залить полученную смесь пахтой. Все перемешать.

Суп «Ягодка»

1 л кефира, 1 л воды, 400 г клубники, 100 г творога, 2 столовые ложки меда, гвоздика.

Стараясь не повредить ягоды клубники, удалить чашелистики. Ягоды тщательно вымыть и дать стечь воде. Звездочки гвоздики залить стаканом горячей воды, довести до кипения и оставить отвар на 15 минут в закрытой емкости в прохладном месте. Затем процедить его, охладить и соединить с протертым творогом.

Кефир смешать с холодной кипяченой водой и залить этой смесью клубнику. Добавить в суп мед и творог с отваром гвоздики.

Окрошка из свекольных листьев

1/2 л воды, 1/2 стакана сметаны, 1 л кефира, 800 г свеклы с листьями, 3 свежих огурца, 2 яйца, 3 столовые ложки свекольного уксуса, зелень укропа, соль по вкусу.

Молодые свекольные листья отделить от черешков. Черешки нарезать кубиками, свеклу – соломкой, добавить свекольный уксус, залить горячей водой, греть 2 – 3 минуты на огне, затем дать настояться 15—20 минут и охладить.

Добавить к свекле нашинкованные свекольные листья, сваренные вкрутую и мелко нарубленные яйца, нарезанные соломкой свежие огурцы, кефир, смешанный с холодной кипяченой водой, и посолить. Подать окрошку со сметаной и

рубленым укропом.

Окрошка «Летняя»

2 л хлебного кваса, 4 свежих огурца, 50 г очищенных лесных орехов, 2 вареных яйца, 1/2 пучка зелени петрушки, 1/2 стакана сметаны, 1 пучок щавеля, перец, соль по вкусу.

Щавель нашинковать, а огурцы мелко нарезать. Добавить к ним мелко нарубленные яйца, толченые орехи, перец, измельченную зелень петрушки, соль. Полученную массу хорошо перемешать и залить квасом.

Готовую окрошку заправить сметаной.

Окрошка с простоквашей

1 л простокваши, 4 стакана холодной кипяченой воды, 4 огурца, 4 сваренных вкрутую яйца, 2 клубня картофеля, соль и перец по вкусу.

Простоквашу разбавить кипяченой водой, добавить мелко нарезанные огурцы, яйца, предварительно отваренный и измельченный картофель. Все тщательно перемешать, посолить, поперчить и подать к столу.

Окрошка овощная

11/2 л кваса, 3 клубня картофеля, 1/2 свеклы, 2 свежих огурца, 1 яблоко, 2 сваренных вкрутую яйца, пучок зеленого лука, 1 столовая ложка сахара, 1/2 стакана сметаны, 2 чайные ложки горчицы, зелень петрушки, соль.

Вареные картофель, свеклу, очищенные огурцы и яблоко (без семенной коробочки) нарезать кубиками. Яичные желтки растереть с горчицей, сметаной, рубленым зеленым луком, сахаром, солью и развести небольшим количеством кваса. Белки измельчить.

В кастрюлю положить овощи, яичные белки и залить квасом. Подать, добавив рубленую зелень.

Окрошка картофельная с яблоком и гранатовыми зернами

2 л кваса, 4 клубня картофеля, 1/2 свеклы, 2 свежих огурца, 1 яблоко, 100 г гранатовых зерен, 2 вареных яйца, 1 пучок зеленого лука, 1 стакан сметаны, 1 столовая ложка сахара, 1 столовая ложка измельченной зелени петрушки, 2 чайные ложки горчицы, соль по вкусу.

Картофель и свеклу поместить в кастрюлю, залить водой и варить до готовности. Затем воду слить, корнеплоды остудить, очистить и нарезать кубиками.

Огурцы и яблоко очистить, нашинковать и соединить с картофелем и свеклой. Яйца очистить, мелко нарезать, смешать с горчицей, сметаной, сахаром и нашинкованным зеленым луком.

Ингредиенты поместить в кастрюлю, добавить зерна граната, перемешать, посолить, залить квасом.

Окрошку разлить по тарелкам, украсить измельченной зеленью петрушки и подать к столу.

Окрошка из картофеля и репы

1 л хлебного кваса, 6 клубней картофеля, 3 репы, 3 моркови, 1 пучок зеленого лука, 2 – 3 свежих огурца, 3 сваренных вкрутую яйца, 1/2 стакана сметаны, горчица, зелень, сахар, соль по вкусу.

Картофель сварить в мундире, в отдельной кастрюле сварить морковь и репу. Овощи охладить, очистить от кожуры и нарезать небольшими кубиками. Лук нашинковать, растереть с солью до появления сока. Яйца и огурцы измельчить.

Все подготовленные компоненты соединить в глубокой посуде, залить квасом, добавить сахар, соль по вкусу и аккуратно размешать.

Окрошка грибная

11/2 л хлебного кваса, 200 г маринованных или соленых белых грибов, 100 г зеленого лука, 4 – 5 клубней картофеля, 1 корень хрена, 1 пучок укропа, 1/2 стакана сметаны, соль.

Грибы соленые или маринованные перебрать, промыть, мелко нарубить. Картофель отварить в мундире, очистить и мелко нарезать, зеленый лук измельчить, натереть на терке очищенный хрен. Все сложить в кастрюлю и залить хлебным квасом, хорошо размешать, посолить, заправить сметаной, посыпать рубленым укропом.

Окрошка «Груздь»

11/2 л хлебного кваса, 5 клубней картофеля, 300 г соленых груздей, 100 г ягод клюквы, 1 пучок зеленого лука, 1/2 стакана сметаны, 1 столовая ложка измельченной зелени укропа, соль по вкусу.

Грибы промыть и мелко нарубить. Зеленый лук измельчить и соединить с клюквой, отваренным в мундире, очищенным и мелко нарезанным картофелем.

Ингредиенты сложить в кастрюлю, залить хлебным квасом, перемешать, посолить, заправить сметаной, разлить по тарелкам, посыпать зеленью и подать к столу.

Редька с квасом (блюдо прикамской кухни)

1 л хлебного кваса, 1/2 стакана сметаны, 200 г редьки, 2 клубня картофеля, 2 вареных яйца, зеленый лук, зелень укропа и петрушки, соль по вкусу.

Редьку очистить и натереть. Вареный картофель нарезать ломтиками, яйца, лук мелко нарезать, посолить. Все продукты соединить и залить квасом, добавить сметану, рубленую зелень укропа и петрушки.

Окрошка с редькой и орехами

1 л хлебного кваса, 2 редьки, 2 клубня картофеля, 2 сваренных

вкрутую яйца, 1 пучок зеленого лука, 1/2 стакана сметаны, 300 г толченых грецких орехов, 1 стакан измельченной зелени укропа и петрушки, соль по вкусу.

Редьку очистить и натереть на терке. Картофель очистить, поместить в кастрюлю, залить водой и варить до готовности, после чего клубни остудить и нарезать кубиками.

Яйца и лук мелко нарезать и посолить. Ингредиенты соединить, залить квасом, добавить сметану, орехи, измельченную зелень укропа и петрушки.

Окрошку разлить по тарелкам и подать к столу.

Мясная окрошка с кефиром

11/2 л кефира, 250 г вареной говядины или вареной колбасы, 1 пучок редиса, 2 свежих огурца, 1 пучок зеленого лука, 3 яйца, соль по вкусу,

Мясо или колбасу нарезать кубиками. Редис и огурцы вымыть, нарезать кружочками и смешать с мясом и нарубленным зеленым луком.

Яйца сварить вкрутую, охладить, очистить от скорлупы и нарезать кубиками, добавить их в кастрюлю с основной массой, все перемешать, посолить, залить кефиром и еще раз перемешать.

Если окрошка получилась слишком густая, разбавить ее небольшим количеством воды.

Окрошка «Провинция»

11/2 л кислого молока, 250 г вареных куриных желудков, 1 пучок редиса, 3 яйца, 2 свежих огурца, 1 пучок зеленого лука, соль по вкусу.

Вареные желудки нарезать небольшими кусочками. Редис и огурцы очистить, нарезать кружками и смешать с желудками и измельченным зеленым луком.

Яйца сварить вкрутую, охладить, очистить от скорлупы и нарезать кубиками. Ингредиенты поместить в кастрюлю, посолить, залить кислым молоком, перемешать и поставить в холодильник на 1 час.

Охлажденное блюдо разлить по тарелкам и подать к столу.

Окрошка «Русская»

1 л кваса, 350 г отварного бараньего мяса, 3 свежих огурца, 6 клубней картофеля, сваренных в мундире, 1 стакан сметаны, пучок зеленого лука, зелень, соль, перец.

Нарезать кубиками мясо и картофель, соломкой огурцы, измельчить лук и зелень. Соединить все и залить квасом. При подаче к столу добавить сметану, соль и перец.

Окрошка «Урочище»

11/2 л кваса, 2 столовые ложки сметаны, 350 г вареной свинины, 3 свежих огурца, 6 клубней картофеля, по 1 пучку

зеленого лука и укропа, соль и перец по вкусу.

Нарезать кубиками мясо и предварительно сваренный в мундире и очищенный картофель. Огурцы нарезать соломкой, лук и укроп измельчить. Ингредиенты поместить в кастрюлю, посолить, поперчить, залить квасом. Окрошку разлить по тарелкам и подать к столу со сметаной.

Окрошка с редисом

1 л кефира, 1 стакан воды, 1/2 стакана сметаны, 6 свежих огурцов, 200 г редиса с листочками, 100 г консервированного зеленого горошка, 60 г зеленого лука, соль по вкусу.

Редис с листочками и свежие огурцы нарезать соломкой, добавить зеленый горошек, зеленый лук, соль. В холодную смесь из воды, кефира и маринада из-под зеленого горошка положить сметану, овощи и посыпать рубленым зеленым луком.

Окрошка со щавелем

1 л кефира, 6 свежих огурцов, 1 пучок редиса, 4 пучка молодого щавеля,

1 пучок зеленого лука, 1 столовая ложка консервированной кукурузы,

2 стакана воды, 1 стакан консервированного зеленого горошка, 1/2 стакана сметаны, соль по вкусу.

Редис, щавель и огурцы нарезать, добавить зеленый горошек и кукурузу, измельченный зеленый лук и соль. Ингредиенты поместить в кастрюлю, залить холодной смесью из воды и кефира.

Готовую окрошку заправить сметаной и подать к столу.

Свекольник

1/2 л хлебного кваса, 4 стакана воды, 200 г свеклы с ботвой, 1 морковь, 1 огурец, 1 пучок зеленого лука, 2 яйца, 1/2 стакана сметаны, 1 столовая ложка 3%-ного уксуса, зелень, сахар, соль по вкусу.

Молодую свеклу очистить от кожуры, нарезать мелкими кубиками или короткой соломкой, ботву – кусочками длиной 2 – 3 см. Залить свеклу небольшим количеством воды, добавить уксус и тушить в течение 20—30 минут. За 15 минут до окончания тушения положить нарезанную ботву. Готовую свеклу охладить в отваре.

Морковь, огурец и зеленый лук измельчить, сваренные вкрутую яйца нарубить. Заправить подготовленные продукты сметаной, перемешать и добавить в полученную смесь свеклу вместе с отваром. Положить сахар и соль, влить квас, тщательно перемешать и посыпать свекольник измельченной зеленью.

Свекольник с пахтой

1 л пахты, 1/2 л воды, 300 г свеклы, 1 пучок щавеля, 2

сваренных вкрутую яйца, 30 г очищенных грецких орехов, 60 г зеленого лука, 1/2 стакана сметаны, базилик, перец, соль по вкусу, лед.

Щавель и зеленый лук помыть и нарубить. Свеклу почистить, нарезать соломкой, смешать с луком и щавелем, положить в кастрюлю, залить водой, варить 15 минут, а затем охладить.

В пахту добавить свеклу, щавель и лук с отваром, мелко нарубленные яйца, базилик, соль, перец и лед.

Готовый свекольник заправить сметаной и украсить измельченными орехами.

Свекольник со щавелем

1/2 л хлебного кваса, 3 стакана воды, 1/2 стакана сметаны, 2 свеклы, 1 морковь, 1 огурец, 2 пучка молодого щавеля, 1 пучок зеленого лука, 2 яйца, 1 столовая ложка 3%-ного раствора уксусной кислоты, 2 столовые ложки измельченной зелени укропа, 1 чайная ложка сахара, соль по вкусу.

Свеклу очистить от кожуры, нарезать небольшими кубиками, поместить в кастрюлю, залить водой, добавить уксусную кислоту и тушить 20—30 минут.

За 15 минут до готовности положить измельченный щавель. Готовую массу охладить, не вынимая из отвара. Морковь и огурец очистить, нарезать соломкой, соединить с нашинкованным зеленым луком, сваренными вкрутую и нарубленными яйцами, заправить сметаной и перемешать.

В полученную смесь выложить свеклу вместе с отваром, добавить сахар и соль, перемешать, влить квас и посыпать свекольник измельченной зеленью.

Свекольник с грибами

2 л холодного кваса, 3 вареные свеклы небольшого размера, 2 – 3 больших отваренных гриба, 2 отварных клубня картофеля, 2 – 3 соленых огурца, 100 г зеленого лука, укроп, сахар, тертый хрен, перец, соль.

Грибы нарубить, добавить измельченные свеклу, огурцы, лук, картофель, укроп, хрен. Посолить, поперчить, при желании добавить сахар, влить холодный квас, все перемешать.

Свекольник с маринованными белыми грибами

1 л холодного кваса, 3 вареные свеклы, 5 маринованных белых грибов, 3 клубня картофеля, 2 соленых огурца, по 1 пучку зеленого лука и укропа, 2 столовые ложки тертого хрена, 1 столовая ложка толченых лесных орехов, 1 чайная ложка сахара, перец и соль по вкусу.

Грибы промыть, отварить, нарезать кусками, соединить с нарубленными свеклой, огурцами, измельченными луком, укропом и хреном. Картофель отварить в мундире, очистить,

нарезать кубиками и смешать с основной массой.

Свекольник посолить, поперчить, добавить сахар, орехи, влить холодный квас, перемешать, разлить по тарелкам и подать к столу.

Борщ с квашеной капустой

2 л воды, 1/2 кг квашеной капусты, 2 клубня картофеля, 1 свекла, 1 луковица, 1 морковь, 1 пучок зелени петрушки, 2 столовые ложки топленого масла, 1 чайная ложка 3%-ного раствора уксусной кислоты, соль и перец по вкусу, майонез.

Капусту отжать и поместить в кипящую воду. Картофель очистить, нарезать кубиками, добавить к капусте, посолить, поперчить и варить до готовности.

Свеклу и морковь натереть на крупной терке, обжарить вместе с измельченным луком на топленом масле, сбрызнуть уксусной кислотой, немного потушить и добавить массу в борщ за 5 минут до готовности.

Готовое блюдо посыпать измельченной зеленью петрушки, разлить по тарелкам, заправить майонезом и подать к столу.

Борщ из свежей капусты

2 л воды, 2 – 3 клубня картофеля среднего размера, 1/3 кочана капусты, 1 небольшая свекла, 1 морковь, 1 луковица, зелень укропа и петрушки, 1 сладкий перец, 2 столовые ложки томатной пасты, 3 столовые ложки подсолнечного масла, 50 г сливочного масла, соль.

Натереть на терке свеклу, морковь и мелко нарезать лук. Налить подсолнечное масло в кастрюлю с толстым дном и подогреть его. В горячее масло выложить тертые овощи и лук и поджаривать 5 минут. В готовые овощи положить томатную пасту и немного потушить.

Нашинковать капусту, очистить и мелко нарезать картофель и сладкий перец. Все положить в кипящую воду и варить 5 минут.

В кастрюлю с поджаренными овощами влить 2 л кипятка, выложить приготовленные капусту, перец и картофель, посолить по вкусу и довести до кипения.

В готовый борщ положить сливочное масло и мелко нарезанную зелень петрушки и укропа.

Борщ с брюссельской капустой

2 л воды, 2 – 3 клубня картофеля, 500 г брюссельской капусты, 1 свекла, 1 морковь, 1 луковица, 1 пучок зелени укропа, 1/2 пучка зелени петрушки, 2 столовые ложки томатной пасты, 3 столовые ложки подсолнечного масла, 1 столовая ложка сливочного масла, соль и перец по вкусу.

Натереть на терке свеклу и морковь, лук мелко нарезать. Все обжарить на подсолнечном масле, смешать с томатной пастой и

тушить 5 минут.

Капусту и картофель очистить и мелко нарезать, поместить ингредиенты в кипящую воду и варить 15 минут. Поджаренные овощи смешать с капустой и картофелем, посолить, поперчить и довести борщ до кипения.

Готовое блюдо украсить мелко нарезанной зеленью укропа и петрушки и заправить сливочным маслом.

Борщ с майонезом

1 свекла среднего размера, 1 морковь, 300 г белокочанной капусты, 2 сладких перца, 1 л овощного бульона, ароматические добавки (листья земляники, черники, яблони), специи, соль по вкусу, 5 столовых ложек майонеза.

Свеклу, морковь, капусту, сладкий перец нашинковать. Затем капусту положить в бульон и довести до кипения. Добавить свеклу, сладкий перец, листья земляники, черники или яблони, специи, соль и настаивать 10—15 минут под крышкой. Подать с майонезом.

Борщ с тертым сыром

1 л овощного бульона, 1 свекла, 1 морковь, 1/2 кочана цветной капусты, 2 сладких перца, по 2 листика земляники, черники и яблони, 5 столовых ложек сметаны, 100 г сыра, соль и перец по вкусу.

Свеклу, морковь и сладкий перец нашинковать. Цветную капусту разобрать на кочешки и положить в бульон, довести до кипения. Затем добавить свеклу, сладкий перец, листья земляники, черники и яблони, соль и перец. Борщ настаивать 10—15 минут, плотно накрыв кастрюлю крышкой.

Готовый борщ разлить по тарелкам, подать к столу со сметаной и тертым сыром.

Борщ со сметаной

3 л воды, 2 свеклы, 1 морковь, 2 луковицы, 3 клубня картофеля, 1/2 вилка белокочанной капусты, 1/2 стакана сметаны, 2 столовые ложки топленого масла, 2 столовые ложки томатной пасты, 1 столовая ложка сухой зелени укропа, соль и перец по вкусу.

Свеклу и морковь очистить и натереть на крупной терке, а капусту нашинковать. Картофель очистить, поместить в кипящую воду, сварить до готовности, затем клубни вынуть и размять. В бульон положить капусту и варить до готовности.

Морковь, свеклу и измельченный лук обжарить на топленом масле, добавить томатную пасту и тушить массу 10 минут, после чего добавить в борщ вместе с картофелем, солью и перцем и варить 5 минут.

Готовый борщ посыпать сухой зеленью укропа, разлить по

тарелкам и подать к столу со сметаной.

Борщ с редисом

2 л воды, 1 свекла среднего размера, 200 г белокочанной капусты, 200 г редиса с листьями, 1 луковица, 1 стакан сливок, 10 г укропа, соль по вкусу.

Свеклу, белокочанную капусту, репчатый лук, редис нарезать соломкой, залить небольшим количеством кипящей воды и тушить 6 – 8 минут. Охладить, добавить соль, оставшуюся кипяченую холодную воду, сливки. Подавая к столу, посыпать измельченными листьями редиса и укропом.

Борщ с редисом и щавелем

2 л воды, 1 свекла, 1/4 вилка белокочанной капусты, 300 г консервированной кукурузы, 2 редиска с листьями, 200 г молодого щавеля, 6 луковиц, 1 стакан сливок, 1 столовая ложка измельченного укропа, соль и перец по вкусу.

Свеклу, белокочанную капусту, лук, щавель и редис нарезать соломкой, залить небольшим количеством кипящей воды и тушить 6 – 8 минут, после чего охладить, посолить, поперчить, добавить оставшуюся кипяченую холодную воду, кукурузу и сливки.

Подавая к столу, борщ посыпать измельченным укропом.

Борщ «Дары лета»

3 л воды, 1 свекла, 1/3 вилка белокочанной капусты, 1 морковь, 3 помидора, 3 клубня картофеля, 2 сладких перца, по 1 пучку зеленого лука и укропа, 1 лимон, 2 сваренных вкрутую яйца, 2 столовые ложки сливочного масла, 2 столовые ложки майонеза, соль и перец по вкусу.

Свеклу и морковь очистить, натереть на крупной терке и обжарить на сливочном масле вместе с нарезанным кусочками сладкими перцем. Помидоры обдать кипятком, очистить от кожицы, измельчить и добавить в обжаренные овощи. Массу тушить 10 минут.

Капусту нашинковать, картофель очистить и нарезать кубиками. Яйца измельчить. Лимон помыть и нарезать полукружиями. Ингредиенты поместить в кипящую воду, посолить, поперчить и варить до готовности. Затем в борщ добавить тушеную смесь, измельченную зелень и варить 5 минут.

Готовый борщ разлить по тарелкам, заправить майонезом и подать к столу.

Борщ вегетарианский с фасолью

2 л воды, 1/2 вилка белокочанной капусты, 3 клубня картофеля, 1 луковица, 1 морковь, 1 сладкий перец, 80 г консервированной фасоли, 150 г сока ревеня, 1 свекла среднего размера, 2 столовые ложки растительного масла, 2 столовые

ложки томатного пюре, 2 столовые ложки сметаны, 20 г зеленого лука, соль, укроп, лавровый лист.

В кипящую воду положить нашинкованную капусту и нарезанный картофель. Через 12—15 минут после закипания добавить фасоль, мелко нарезанный сладкий перец и борщевую заправку, приготовленную из лука, моркови, свеклы, поджаренных, а затем тушенных с томатным пюре и небольшим количеством воды и сока ревеня. Прокипятить 12—15 минут, добавить лавровый лист, соль. Подать со сметаной, мелко нарезанными укропом и зеленым луком.

Борщ с брюссельской капустой и лесными ягодами

3 л воды, 500 г брюссельской капусты среднего размера, 3 клубня картофеля, 1 луковица, 1 свекла, 1 морковь, 1 сладкий перец, 1 лавровый лист, 1/4 стакана консервированной фасоли, 1/2 стакана сока ревеня, 2 столовые ложки растительного масла, 2 столовые ложки томата-пюре, 2 столовые ложки сметаны, 2 столовые ложки измельченного зеленого лука, 50 г земляники, 50 г черники, 70 г очищенных кедровых орехов, 1 столовая ложка сухой зелени укропа, соль и перец по вкусу.

В кипящую воду положить мелко нарезанную капусту и нарезанный картофель и варить 12—15 минут, после чего добавить фасоль, мелко нарезанный сладкий перец и варить 10 минут.

Морковь и свеклу натереть на крупной терке, репчатый лук измельчить, ингредиенты обжарить на растительном масле, тушить с томатом-пюре, небольшим количеством воды и соком ревеня в течение 10 минут, затем поперчить, посолить, добавить лавровый лист, ягоды, орехи и, выложив полученную массу в борщ, варить 5 минут.

Готовый борщ подать к столу со сметаной, измельченными зеленым луком и укропом.

Борщ с крапивой и морковью

2 л воды, 1 крупная свекла, 1 морковь, 200 г крапивы, 1 луковица, 2 столовые ложки растительного масла, 2 столовые ложки майонеза, 2 столовые ложки сметаны, 2 столовые ложки свекольного уксуса, укроп, молотый перец, соль по вкусу.

Свеклу, морковь, репчатый лук нашинковать, добавить растительное масло, свекольный уксус, влить немного воды и тушить 5 – 6 минут. К овощам добавить оставшуюся воду, рубленую крапиву, соль, молотый перец и довести борщ до кипения.

Подать борщ с майонезом, смешанным со сметаной и рубленым укропом.

Борщ с крапивой

11/2 л воды, 1 свекла, 400 г крапивы, 1 луковица, 50 г сливочного масла, 2 столовые ложки майонеза, 1/2 стакана сметаны, 1 столовая ложка свекольного уксуса, 1 столовая ложка измельченной зелени укропа, перец и соль по вкусу.

Свеклу и репчатый лук нашинковать, добавить сливочное масло, свекольный уксус, влить немного воды и тушить 5 – 6 минут.

Затем к овощам добавить оставшееся количество воды, рубленую крапиву, соль и перец.

Борщ довести до кипения, после чего снять кастрюлю с огня. Подать блюдо с майонезом или сметаной и рубленой зеленью укропа.

Борщ холодный с картофелем и огурцами

2 л воды, 1 крупная свекла, 4 клубня картофеля, 2 яйца, 200 г свежих огурцов, 1/2 стакана сметаны, 60 г зеленого лука, 1 столовая ложка сахара, свекольный уксус, укроп, соль по вкусу.

Одну часть свеклы запечь в кожуре, а другую очистить и варить в 1 л воды с уксусом. Печеную свеклу очистить от кожицы и вместе с вареной нарезать соломкой, добавить отваренный в 1 л воды, нарезанный ломтиками картофель, залить смешанным отваром свеклы и картофеля и поставить в холодное место.

После охлаждения в борщ добавить нарезанные зеленый лук и вареные яйца, очищенные и нарезанные ломтиками огурцы, соль, сахар и все хорошо перемешать. Разлить борщ по тарелкам, заправить сметаной и посыпать рубленой зеленью укропа.

Борщ со шпинатом

2 л воды, 300 г шпината, 1 свекла, 1 морковь, 1 стакан сметаны, 1/2 л кислого молока, 2 столовые ложки измельченной зелени укропа, 1 столовая ложка свекольного уксуса, 2 столовые ложки клюквенного сока, соль и перец по вкусу.

Шпинат нарезать соломкой. Морковь и свеклу натереть на терке. Ингредиенты смешать, добавить горячую подсоленную воду, свекольный уксус и клюквенный сок. Смесь довести до кипения, настаивать 15—20 минут, после чего охладить.

Готовый борщ соединить с кислым молоком, сметаной, укропом, разлить по тарелкам и подать к столу.

Борщ «Освежающий»

2 л воды, 1/2 стакана сметаны, 1 средняя свекла с листьями, 1 морковь, 1 столовая ложка свекольного уксуса, 1/2 стакана кефира, 3 пучка зелени петрушки, укроп, соль по вкусу.

Листья свеклы нарезать соломкой. Морковь и свеклу натереть на терке. Добавить горячую подсоленную воду, свекольный уксус. Довести смесь до кипения, дать настояться в течение 15—20 минут, охладить. В борщ добавить кефир, мелко нарезанную

зелень петрушки, сметану и рубленый укроп.

Борщ холодный с творогом

1 л воды, 1 свекла среднего размера, 250 г белокочанной капусты, 200 г тыквы, 200 г творога, 1/3 стакана сметаны, зелень петрушки, соль по вкусу, свекольный уксус.

Тыкву, свеклу и белокочанную капусту нарезать соломкой, добавить свекольный уксус, немного воды, тушить 5 – 6 минут, охладить. Творог протереть через сито, развести кипяченой холодной водой, добавить в него овощи, соль, сметану, посыпать зеленью петрушки.

Борщ холодный с творогом и малиной

2 л воды, 1 свекла, 1/2 тыквы, 1 пучок зелени петрушки, 1/2 стакана сметаны, 300 г творога, 1/2 стакана ягод малины, 2 столовые ложки клюквенного сока, соль по вкусу.

Тыкву и свеклу нарезать соломкой, добавить клюквенный сок, немного воды, тушить 5 – 6 минут, после чего охладить.

Творог протереть через сито, развести холодной кипяченой водой, смешать с овощами и ягодами, посолить.

Готовое блюдо заправить сметаной и посыпать зеленью петрушки.

Свекольник с миндальными орехами

2 л бульона или воды, 400 г свекольной ботвы, 4 клубня картофеля, 1 морковь, 1 луковица, 80 г свежих бобов, 3 столовые ложки толченых миндальных орехов, 2 столовые ложки растительного масла, 3 столовые ложки сметаны, 1 яйцо, лавровый лист, соль по вкусу.

Листья молодой свеклы нашинковать. Картофель нарезать дольками, морковь и лук – кубиками. В кипящий бульон положить свекольные листья. Затем через 6 – 8 минут опустить в него морковь и лук, слегка поджаренные на растительном масле, картофель, свежие бобы и варить до готовности всех продуктов.

В конце варки добавить в борщ орехи, лавровый лист, соль, заправить его хорошо взбитым яйцом. Подать со сметаной.

Свекольник с горохом и картофелем

2 л воды, 400 г свекольной ботвы, 4 клубня картофеля, 1 морковь, 1 луковица, 1 яйцо, 1 лавровый лист, 1/2 стакана гороха, 3 столовые ложки растительного масла, 1/2 стакана сметаны, соль и перец по вкусу.

Листья свеклы нашинковать. Картофель почистить и нарезать дольками, а морковь и лук – кубиками. В кипящий бульон положить свекольные листья. Затем через 6 – 8 минут добавить морковь и лук, слегка обжаренные на растительном масле, и варить 10 минут, после чего положить промытый горох, картофель, перец и соль и варить 30 минут.

За 5 минут до готовности добавить в борщ лавровый лист и влить взбитое яйцо.

Готовый борщ подать к столу со сметаной.

Борщ с кукурузой и капустой

2 л воды, 1 крупная свекла, 400 г капусты, 1 морковь, 1 луковица, 300 г отваренных зерен кукурузы, 60 г маргарина, 1 столовая ложка 3%-ного уксуса, 4 столовые ложки сметаны, 1 чайная ложка сахара, тмин, гвоздика, душистый перец горошком, соль по вкусу, укроп, томатное пюре, лавровый лист.

Свеклу запечь в духовке или отварить. Морковь и репчатый лук нарезать соломкой, обжарить на маргарине 6 – 8 минут, добавить томатное пюре и жарить еще в течение 4 – 5 минут.

Свеклу очистить, нарезать соломкой, соединить с обжаренными овощами, влить немного воды, накрыть крышкой и тушить. Капусту нашинковать, через 12—15 минут добавить к свекле и залить водой. Положить пряности, лавровый лист, зерна отваренной кукурузы, уксус, соль, сахар и варить до готовности.

Подавая к столу, добавить сметану и измельченный укроп.

Борщ с чечевицей и цветной капустой

2 л воды, 1 свекла, 1/2 кочана цветной капусты, 1 морковь, 1 луковица, 1 лавровый лист, 1 пучок зелени укропа, 3 стакана консервированной чечевицы, 30 г маргарина, 1 столовая ложка 3%-ного раствора уксусной кислоты, 3 столовые ложки клюквенного сока, 1/2 стакана сливок, 2 столовые ложки измельченных лесных орехов, 4 столовые ложки томата-пюре, 1 чайная ложка сахара, 6 горошин душистого перца, соль по вкусу.

Свеклу запечь в духовке, остудить, очистить и нарезать соломкой. Морковь и репчатый лук измельчить, обжарить на маргарине, смешать с томатом-пюре и жарить еще в течение 4 – 5 минут.

Свеклу соединить с обжаренными овощами, влить немного воды, накрыть крышкой и тушить 12—15 минут. Капусту нашинковать и положить в кастрюлю со свеклой. Добавить лавровый лист, горошины душистого перца, консервированную чечевицу, орехи, уксус, клюквенный сок, соль, сахар и варить 15 минут.

Подавая к столу, положить в борщ сметану и измельченный укроп.

Щи из свежей капусты и яблок

2 л воды, 1/2 кочана капусты, 3 – 4 клубня картофеля, 5 крупных яблок, 2 столовые ложки муки, 4 – 5 столовых ложек растительного масла, 1 яйцо, 4 столовые ложки кефира, 50 г сыра, зелень, соль.

Капусту нашинковать, картофель и яблоки очистить, нарезать

соломкой и варить все в 7 – 8 стаканах подсоленной воды. Муку поджарить в масле и добавить в щи в конце варки, варить еще 10 минут и снять с огня.

Готовые щи заправить яйцом, взбитым с кефиром. Перед подачей к столу посыпать тертым сыром и мелко нарезанной зеленью.

Щи со свежей капустой и фруктами

2 л воды, 1/2 вилка белокочанной капусты, 4 клубня картофеля, 1 яйцо, 1 пучок зелени укропа, 2 столовые ложки тертого сыра, 4 некрупные груши, 1 яблоко, 4 столовые ложки кислого молока, 3 столовые ложки муки, 1/2 стакана растительного масла, тмин, гвоздика, соль и перец по вкусу.

Из яблока и груш извлечь сердцевину. Капусту нашинковать, картофель и фрукты нарезать соломкой. Ингредиенты поместить в кастрюлю с кипящей подсоленной водой и варить 20 минут. Положить пряности и соль. Муку обжарить на растительном масле и добавить в щи за 5 минут до готовности. Готовые щи заправить яйцом, взбитым с кислым молоком, посыпать тертым сыром и мелко нарезанной зеленью и подать к столу.

Щи из кислой капусты с картофелем

2 л воды, 400 г кислой капусты, 1 стебель лука-порея, 4 клубня картофеля, 1 столовая ложка муки, 2 столовые ложки сливочного масла, соль, вода.

Кислую капусту залить водой и варить. Стебель лука-порея мелко нарезать и поджарить в сливочном масле, добавить муку и еще раз обжарить. Выложить в щи, туда же положить картофель, нарезанный кубиками, посолить по вкусу и варить до готовности.

Щи с луком

2 л воды, 100 г маринованных капусты и свеклы, 8 луковиц, 3 клубня картофеля, 1 столовая ложка муки, 1 столовая ложка сливочного масла, гвоздика, тмин, кориандр, 2 столовые ложки сметаны, соль и перец по вкусу, рубленая зелень.

Маринованные капусту и свеклу залить водой и поставить варить на 15 минут. Лук мелко нарезать и обжарить на сливочном масле, добавить муку и продолжать жарить 5 минут. Полученную массу выложить в щи вместе с картофелем, нарезанным кубиками, солью, сметаной, пряностями и варить еще 10 минут.

Готовое блюдо поперчить и украсить зеленью.

Пельмени грибные с рисом и бульоном

Для бульона: 5 стаканов отвара различных овощей.

Для теста: 350 г пшеничной муки, 1/2 яйца, соль, вода.

Для фарша: 150 г риса, 40 г свежих грибов, 1 луковица, 50 г сливочного масла, соль.

Просеянную муку насыпать горкой, сделать в ней ямку, влить туда четверть стакана воды, половину яйца, добавить соль и замесить крутое тесто. Готовое тесто накрыть салфеткой и дать ему постоять примерно полчаса.

Для приготовления начинки свежие грибы (боровики, подберезовики, подосиновики, лисички) очистить, замочить, сварить, мелко нарубить, слегка обжарить, добавить пассерованный лук, сливочное масло, соединить с припущенным рисом, посолить и перемешать.

Затем тесто нарезать кусками и сформовать пельмени. Варить их небольшими партиями в кипящей подсоленной воде. Подавать к столу вместе с бульоном.

Пельмени «Таежные» в грибном отваре

Для теста: 400 г муки, 1 яйцо, соль, вода.

Для фарша: 150 г риса, 40 г сушеных грибов, 1 луковица, 50 г сливочного масла, перец, соль по вкусу.

Насыпать на стол горкой муку, сделать в ней углубление, влить смесь воды с яйцом, посолить и замесить тесто. Накрыть его полотенцем и оставить на 20—30 минут.

Для начинки сушеные грибы замочить на 3 – 4 часа, отварить, нашинковать, слегка пассеровать на сливочном масле, добавить пассерованный на том же масле репчатый лук, припущенный рис, соль и перемешать.

Нарезать тесто кусками и сформовать пельмени.

Отварить пельмени и подать их к столу в грибном бульоне.

Пельмени грибные с яйцами в бульоне

Для теста: 300 г муки, 1 яйцо, соль, вода.

Для фарша: 10 яиц, 100 г сушеных грибов, 2 столовые ложки сметаны, 1 луковица, 100 г сливочного масла, черный молотый перец, соль.

Сделать тесто для пельменей. Для приготовления начинки сушеные грибы замочить, отварить, мелко нарубить, слегка обжарить, добавить пассерованный на сливочном масле репчатый лук, сваренные вкрутую и нарубленные яйца, сметану, соль, перец и перемешать.

Приготовить пельмени, как обычно. К столу подать в глубоком блюде вместе с бульоном, в котором они варились.

Грибные пельмени в сметане с ягодным отваром

6 стаканов отвара различных ягод (клюква, красная смородин), 40 г сметаны, 10 г клюквы, 10 г сливочного масла, соль.

Для теста: 400 г муки, 2 яйца, соль, вода.

Для фарша: 8 яиц, 50 г сушеных грибов, 100 г ягод клюквы и черной смородины, 1 луковица, 60 г сливочного масла, соль.

Насыпать на стол горкой муку и сделать в ней углубление.

Влить в него смесь воды и яйца, посолить и замесить крутое тесто. Затем накрыть его полотенцем и оставить на 20—30 минут.

Для начинки яйца отварить и мелко нарезать. Сушеные грибы замочить на 3 – 4 часа, отварить, нашинковать, пассеровать на сливочном масле с репчатым луком, добавить ягоды, соль и все перемешать.

Слепить пельмени, положить в горшочек, залить бульоном и сметаной, поместить сверху клюкву и варить до готовности.

Пельмени с сырым картофелем в бульоне

5 стаканов овощного бульона.

Для теста: 1 стакан пшеничной муки, 1 стакан гречневой муки, 2 яйца, 100 г воды, соль.

Для фарша: 1 кг картофеля, 2 яйца, 3 столовые ложки густой сметаны, 2 луковицы, соль и молотый перец.

Смешать вместе пшеничную и гречневую муку, просеять, сделать ямку, влить в нее яйца и, подливая понемногу очень холодную воду, замесить тесто. Его можно разделывать сразу.

Очищенный сырой картофель натереть на терке. Добавить в него мелко нарубленный лук, сырые яйца, сметану, соль и молотый черный перец по вкусу. Фарш тщательно перемешать. Сделать крупные пельмени и отварить их в подсоленной воде.

К столу подать пельмени горячими, залив овощным бульоном.

Грибные пельмени в бульоне со сметаной

11/2 л овощного бульона, 1/2 стакана сметаны, зелень укропа, соль, 2 зубчика чеснока.

Для теста: 2 стакана муки, 50 г воды, 3 столовые ложки растительного масла, 1 чайная ложка соли.

Для фарша: 250 г свежих шампиньонов, 50 г сливочного масла, 1 луковица.

Свежие грибы тщательно промыть, отварить в течение 15 минут в подсоленной воде, остудить, нарезать и жарить в масле вместе с измельченным луком до готовности.

Для приготовления теста в растительное масло влить кипяток, всыпать муку, посолить, быстро замесить тесто и сразу его разделать. Слепить пельмени и отварить их в воде без соли.

В ступке тщательно растереть до получения однородной массы укроп, чеснок и соль.

Смешать все со сметаной и горячим бульоном.

Переложить готовые пельмени в глубокое блюдо и залить их приготовленным сметанным бульоном. Подать к столу горячими.

Пельмени в бульоне с соусом из вешенок

11/2 л овощного бульона.

Для теста: 700 г муки, 350 г воды, 2 яйца, 1 столовая ложка

растопленного сливочного масла, соль.

Для фарша: 400 г свежих вешенок, 4 луковицы, 50 г сливочного масла, соль, перец.

Для соуса: 100 г сметаны, 100 г свежих вешенок, 50 г сливочного масла, 100 г муки, 2 луковицы, соль, черный молотый перец, зелень укропа и петрушки.

В просеянную муку влить воду, предварительно размешав в ней яйца и соль, добавить масло и замесить мягкое тесто. Дать ему постоять в течение 30 минут, хорошо вымесить, подсыпав еще немного муки.

Для соуса свежие грибы очистить, промыть, нарезать ломтиками. Обвалять в слегка подсоленной муке, сложить в казан, закрыть крышкой и поставить на сильный огонь.

Появившийся сок слить, добавить в грибы сливочное масло, мелко нарезанный обжаренный лук, рубленую зелень укропа и петрушки, соль, молотый перец по вкусу и тушить на слабом огне в течение часа. Добавить ранее слитый грибной сок и 50 г сметаны, чтобы соус загустел.

На сливочном масле поджарить мелко нарезанные грибы и лук, посолить, поперчить. Слепить пельмени. Отваривать их в течение 5 минут, откинуть на дуршлаг и переложить в казан с соусом. Сверху полить сметаной и тушить вместе с овощным бульоном 15 минут на слабом огне.

К столу пельмени подать горячими, вместе с бульоном и готовым грибным соусом.

Пельмени с начинкой из грибов и яиц в бульоне

Для теста: 3 стакана пшеничной (или смеси пшеничной и гречневой) муки, 100 г воды, 2 яйца, соль.

Для фарша: 300 г свежих грибов, 5 яиц, 3 луковицы, 50 г сливочного масла.

Для соуса: 50 г муки, 2 столовые ложки сливочного масла, 1/2 стакана сметаны, соль, перец.

Насыпать муку на деревянную доску горкой, сделать в ней ямку. Яйца размешать с подсоленной водой и влить в муку. Замесить тесто средней густоты. Прикрыть салфеткой и дать постоять в течение 30 минут.

Свежие, тщательно обработанные грибы отварить, мелко нарезать и обжарить на сливочном масле вместе с мелко нарубленным луком. Добавить сваренные вкрутую и измельченные яйца и всю массу еще раз обжарить. Начинку по вкусу посолить, переложить на сито и слить остатки масла.

На сухой сковороде обжарить 50 г муки, добавить сливочное масло и медленно влить сметану, постоянно помешивая соус, чтобы не образовывались комки. Довести до кипения, добавить

соль и перец по вкусу.

Сделать пельмени, уложить на смазанный маслом лист и печь в горячей духовке 15 минут. Затем переложить их в утятницу, залить сметанным соусом и грибным бульоном. Накрыть крышкой, поставить в духовой шкаф и томить около 30 минут при температуре 200° С.

К столу пельмени подавать горячими, с бульоном и зеленью.

Пельмени с картофелем и фасолью в холодном бульоне

3 л холодного грибного бульона.

Для теста: 500 г муки, 2 яйца, 100 г воды, соль.

Для фарша: 300 г отварного картофеля, 1 луковица, соль, сахар, лимонная кислота, черный молотый перец, 50 г консервированной фасоли, 2 столовые ложки сливочного масла.

Для заправки: 100 г сливочного масла, зелень укропа и петрушки.

Мелко нарезать картофель, измельчить лук. Из масла, перца, соли, сахара и лимонной кислоты сделать заправку. Залить этой заправкой смесь из лука, консервированной фасоли и картофеля и на 2 часа поставить в холодильник.

Просеять муку в миску, сделать в ней ямку, влить яйца, добавить соль и влить очень холодную воду. Замесить тесто и слепить из него пельмени, используя охлажденный фарш.

Отваренные в подсоленной воде пельмени переложить в глубокое блюдо, залить их бульоном, заправить сливочным маслом и посыпать измельченной зеленью укропа и петрушки.

Пельмени с рисом и яйцами в горячем овощном бульоне

6 стаканов овощного бульона.

Для теста: 700 г муки, 350 г воды, 2 яйца, 1 столовая ложка растопленного сливочного масла, соль.

Для фарша: 100 г риса, 2 яйца, зелень укропа и петрушки, соль, 10 г сливочного масла.

Для приправы: сметана, майонез или томатный соус.

Отварить до готовности рис, откинуть на дуршлаг, остудить и перемешать с мелко нарубленными вареными яйцами и маслом. Посолить, добавить измельченную зелень.

Взбить яйца с солью, влить воду, добавить муку и масло и замесить тесто. Дать ему постоять в течение 30 минут, хорошо вымесить, подсыпав еще немного муки, слепить пельмени и отварить их в подсоленной воде. К столу пельмени подавать в бульоне со сметаной, майонезом или томатным соусом.

Пельмени «Оригинальные» с холодным овощным бульоном

6 стаканов капустного отвара, сметана.

Для теста: 2 стакана пшеничной муки, 1/2 стакана молока, 1 яйцо, соль.

Для фарша: 1 кочан капусты средней величины, 300 г свиного сала, 1 луковица, красный молотый перец, соль.

Кочан капусты разрезать на несколько частей и вместе с салом пропустить через мясорубку. Лук мелко нарезать и добавить в фарш, посыпать красным перцем, посолить и перемешать.

В подогретом молоке размешать яйцо и соль, а потом добавить муку. Тесто должно быть достаточно жестким. Оставить его на 5 минут. Затем тонко раскатать и разрезать на квадратики. На каждый квадратик положить начинку и слепить края так, чтобы получились треугольники. Два нижних угла у каждого треугольника соединить.

В кастрюле вскипятить воду, всыпать немного соли и положить лавровый лист. Осторожно (чтобы не слиплись) опустить пельмени и, накрыв крышкой, варить 4 минуты после закипания.

Пельмени с капустой рекомендуется подавать с капустным отваром и сметаной.

Пельмени с грибами в овощном отваре

2 л овощного отвара, сливочное масло.

Для теста: 2 стакана пшеничной муки, соль, 1 яйцо, 100 г воды.

Для фарша: 400 г шампиньонов, 300 г соевого мяса, 3 луковицы, черный молотый перец, 50 г куриного жира, соль.

Для соуса: 2 луковицы, 50 г сметаны, 300 г свежих шампиньонов, красный и черный молотый перец, 2 зубчика чеснока, 50 г твердого сыра, 50 г майонеза, 3 столовые ложки растительного масла.

Шампиньоны и куриное мясо вместе с жиром пропустить через мясорубку, добавить нарезанный мелкими кубиками лук, черный перец и соль. Все ингредиенты перемешать.

В воде размешать соль и яйцо, затем медленно ввести просеянную муку и замесить крутое тесто. Оставить его на 10 минут, после этого вымесить еще раз. Тесто на пельмени тонко раскатать и пересыпать мукой, чтобы оно не прилипало к разделочной доске.

Вырезать из теста кружки диаметром 5 см, на каждый из них положить немного фарша и залепить края.

Приготовленные таким образом пельмени отварить в подсоленной воде и, смазав сливочным маслом, разложить по горшочкам.

Приготовить соус. Для этого промытые грибы нарезать кубиками и поджарить на сковороде с разогретым растительным маслом, затем добавить измельченный лук, красный и черный

перец, толченый чеснок, тертый сыр, залить майонезом. Все ингредиенты перемешать и тушить некоторое время на слабом огне.

В горшочки с пельменями добавить соус, залить бульоном и поставить в заранее разогретую духовку. Тушить 10—15 минут.

Блюдо следует подавать в горячем виде.

Пельмени с грибами и ветчиной в горячем бульоне

Для бульона: 2 л воды, 1 луковица, 1 лавровый лист, соль.

Для теста: 400 г пшеничной муки крупного помола, 100 г кукурузной муки, 300 г воды, соль.

Для фарша: 300 г сушеных грибов, 3 луковицы, 70 г сливочного масла, 150 г ветчины, соль, перец.

Смешать пшеничную и кукурузную муку. Вливая понемногу холодную подсоленную воду, замесить мягкое тесто. Переложить его на посыпанную мукой разделочную доску.

Сушеные грибы промыть, отварить, мелко нарубить и обжарить с мелко нарезанным луком на сливочном масле. Посолить, поперчить по вкусу и смешать с измельченной ветчиной.

Слепить пельмени и отварить их в подсоленной воде, добавив лук и лавровый лист. К столу подать горячими, с бульоном, в котором они варились.

Пельмени «Президентские» в мятном бульоне

Для бульона: 2 л воды, 1 луковица, 4 листика мяты, 1 лавровый лист, соль.

Для теста: 100 г молока, 100 г воды, 1 яйцо, соль, 1 кубик бульона, 400 г пшеничной муки.

Для фарша: 2 луковицы, 3 зубчика чеснока, 1 пучок сельдерея, 200 г опят, 200 г шампиньонов, 20 г капусты, сахар, 1 чайная ложка лимонного сока, черный молотый перец, паприка, соус табаско, зелень петрушки и укропа, зеленый лук, растительное масло, соль.

Репчатый лук, чеснок, сельдерей, грибы и капусту нашинковать и по отдельности обжарить на растительном масле почти до готовности. Во время жарки жидкость должна полностью испариться. Затем все перемешать и посыпать солью, черным перцем и молотой паприкой. Добавить щепотку сахара, лимонный сок, соус табаско. Измельчить петрушку, укроп и зеленый лук и добавить в основную массу.

В подогретом молоке растворить соль, кубик бульона, добавить взбитое яйцо, долить воду и всыпать муку. Замесить тесто и, накрыв полотенцем, дать постоять.

Через некоторое время размягченное тесто раскатать, посыпая мукой, и вырезать круги.

На каждый круг выложить немного начинки и слепить края. Пельмени сварить в бульоне, приготовленном из указанных ингредиентов.

Отваренные пельмени выложить в глубокое блюдо и залить бульоном, в котором они варились.

Пельмени с редькой в овощном бульоне

Для бульона: 2 л воды, 2 луковицы, 1 лавровый лист, соль, черный перец горошком.

Для теста: 100 г муки, 1 яйцо, 30 г воды, 10 г соли.

Для фарша: 60 г редьки, 10 г сметаны, 10 г топленого масла.

Редьку натереть, обдать кипятком или прогреть с маслом, чтобы устранить горечь, затем смешать со сметаной.

Для приготовления теста в просеянную муку вбить яйцо, добавить воду и посолить. Замесить крутое тесто. Раскатать тонкие круги и, положив на них начинку, слепить края. Опустить пельмени в подсоленную воду и варить 10 минут.

При подаче к столу залить пельмени горячим бульоном.

Пельмени с грибами в луково-грибном бульоне

Для бульона: 2 л воды, 4 луковицы, 200 г сухих грибов, 1 лавровый лист, соль.

Для теста: 400 г муки, 1 яйцо, 100 г воды, соль.

Для фарша: 50 г сушеных белых грибов, 150 г отварного риса, 1 луковица, 50 г сливочного масла, соль.

Для приготовления фарша предварительно замоченные сухие грибы отварить в подсоленной воде, нарезать мелкими кубиками и вместе с нашинкованным луком обжарить на сливочном масле. Добавить в основную начинку отварной рис, посолить и перемешать.

Для приготовления теста просеянную муку насыпать горкой, сделать в центре углубление и влить взбитое с водой яйцо, посолить и замесить крутое тесто. Раскатать его в тонкий пласт и при помощи рюмки вырезать кружочки. Положить в центр каждого кружочка немного фарша и защипнуть края. Опустить пельмени в кипящую подсоленную воду и варить 10 минут. Готовые пельмени выложить в глубокое блюдо и залить горячим бульоном, приготовленным из указанных ингредиентов.

Пельмени с грибами и капустой в грибном бульоне

Для бульона: 2 л воды, 2 луковицы, 150 г сухих грибов, 1 лавровый лист, соль.

Для теста: 1 яйцо, 50 г воды, 2 стакана муки, соль.

Для фарша: 40 г сухих грибов, 50 0 г белокочанной капусты, 1 луковица, 100 г сливочного масла, соль, перец.

В посуду влить воду, развести соль, яйцо и взбить полученную смесь. Просеянную муку насыпать горкой на стол, в

центре сделать углубление и постепенно влить туда получившуюся смесь, замесить крутое тесто, накрыть салфеткой и дать постоять 20—30 минут.

Для приготовления фарша очищенные грибы отварить в подсоленной воде, затем вынуть и нарезать мелкой соломкой. Капусту и репчатый лук также нашинковать и обжарить на сливочном масле. Когда капуста будет готова, добавить грибы, перец, соль и все тщательно перемешать.

Выложить начинку на кружочки, вырезанные из теста, и залепить края. Пельмени варить 10—15 минут в подсоленной воде, выложить в глубокое блюдо и залить охлажденным грибным бульоном.

МОЛОЧНЫЕ И СЛАДКИЕ СУПЫ

Молоко, пожалуй, самый питательный и полезный продукт, пользующийся популярностью в большинстве стран. На его основе готовится множество вкусных блюд и напитков. Для молочных супов обычно используют цельное, разбавленное водой сухое или сгущенное молоко. Для приготовления супа на сухом молоке необходимо растворить его в горячей воде и довести до кипения.

В молочные супы добавляют крупы (рис, пшено, гречневая, перловая крупа), овощи (картофель, морковь, репа, лук, савойская и брюссельская капуста) или макаронные изделия. В России большим спросом пользуются сладкие молочные супы, в которые на последней стадии приготовления кладут сахар и сливочное масло.

В странах Европы популярны холодные сладкие супы, сваренные на основе густого киселя или фруктового отвара. Эти первые блюда очень вкусны и полезны для здоровья.

Поскольку макаронные изделия и крупы в молоке разваривaются плохо, их следует для начала отваривать несколько минут в воде и только после этого помещать в кипящее молоко.

Чтобы во время приготовления первого блюда молоко не пригорало, рекомендуется использовать посуду с толстыми стенками и дном, а готовящийся суп часто мешать.

Украшать молочные супы можно мелко нарезанной зеленью, целыми ягодами (калина, малина, клюква, смородина, клубника, земляника) и кусочками фруктов (ананас, яблоко, груша, киви, апельсин).

Галушки картофельные с молоком

1 л молока, 5 вареных клубней картофеля, 2 столовые ложки муки, 2 клубня сырого картофеля, 1 столовая ложка подсолнечного масла, 2 сырых яйца, 1 луковица, 5 г красного перца, соль.

Отварной картофель натереть на терке, в другой посуде смешать измельченные сырой картофель и лук. Все тщательно перемешать. Вбить в полученную смесь яйца, добавить масло, перец, соль, муку, все взбить в эластичную массу.

Чайной ложкой отделять от массы небольшие галушки и опускать в соленую кипящую воду, варить 7 – 8 минут. Подать к столу в глубокой тарелке, предварительно залив их теплым молоком.

Галушки творожные с молоком

2 л молока, 150 г муки, 600 г творога, 4 яичных белка, 30 г

сливочного масла, 2 столовые ложки сахарного песка, соль, сметана.

Творог растереть до однородной массы, добавить масло, сахар, соль, муку и взбитые миксером белки. Все тщательно перемешать.

Полученное тесто раскатать колбаской, нарезать маленькими кусками и отварить в подсоленной воде.

Готовые галушки перед подачей к столу залить молоком и посыпать сахаром.

Сырные клецки в молоке

2 л козьего молока, 500 г муки, 2 сырых яйца, 1 стакан воды, соль, 100 г творожного сыра, 100 г плавленого сыра, сливочное масло.

Из воды, яиц, соли, муки, плавленого и творожного сыра замесить густое тесто. Выложить его на влажную доску и острым ножом нарезать клецки. Положить их в кипящую подсоленную воду и варить 5 минут.

Готовые клецки переложить шумовкой в глубокую посуду, смазать сливочным маслом, залить горячим молоком и сразу подать к столу.

Похлебка с репой и кефиром

1 л кефира, 3 молодые репы с листьями, 1/2 стакана риса, соль.

Репу очистить, сварить и мелко нарезать.

Перебрать и промыть рис. Вскипятить воду, добавить соль и рис, довести до кипения и варить 2 – 3 минуты. Добавить в похлебку репу (без листьев) и снова довести до кипения. Снять с огня и подержать под крышкой 10 минут.

В тарелку положить рубленые листья репы, добавить кефир и налить горячую похлебку. Не перемешивать. Похлебку можно есть как в горячем, так и в холодном виде.

Луково-молочный суп

1 л молока, 1/3 л воды, 1 клубень картофеля, 4 луковицы, 1 столовая ложка растительного масла, 200 г земляники, 2 столовые ложки сахарной пудры, сахар и соль по вкусу.

Землянику помыть, удалить чашелистики, ягоды обвалять в сахарной пудре, положить в кипящую воду и варить 2 минуты.

Лук и картофель очистить, мелко нарезать, обжарить в растительном масле, переложить в кастрюлю, залить молоком и варить 5 минут. Добавить землянику с отваром, сахар, соль и варить еще 5 минут.

Подать охлажденным.

Молочный суп из цветной капусты

5 стаканов воды, 2 стакана молока, 1 кочан цветной капусты

средней величины, 3 столовые ложки любой крупы, 1 столовая ложка сливочного масла, морская соль, зелень.

Кочан капусты очистить и разделить на кочешки, залить 5 стаканами кипятка, посыпать морской солью и варить, пока капуста не станет мягкой. Всыпать крупу и в конце варки долить свежее молоко.

Суп довести до кипения, снять с огня, заправить сливочным маслом и украсить мелко нарезанной зеленью.

Суп молочный с морковью и яблоками

1 л молока, 4 моркови, 3 яблока, 2 столовые ложки меда.

Морковь и яблоки помыть, очистить, натереть на крупной терке, залить холодным молоком, добавить мед и все тщательно перемешать.

Суп «Антошка»

1 л молока, 5 клубней картофеля, 2 столовые ложки сметаны, 1 столовая ложка подсолнечного масла, 2 сырых яйца, 1 луковица, перец, соль, зелень петрушки.

Картофель натереть на терке, отжать, положить в кастрюлю, залить водой и варить 10 минут. Добавить измельченный и обжаренный на подсолнечном масле лук, яйца, соль, перец, сметану. Все тщательно взбить миксером. Влить молоко, перемешать и варить еще 5 минут. Готовый суп украсить рубленой зеленью петрушки.

Суп из плавленого сыра с молоком

1 л воды, 1 стакан молока, 100 г плавленого сыра, 1 луковица, 2 – 3 клубня картофеля, зелень, соль по вкусу.

Очищенные и нарезанные кубиками картофель и лук положить в кастрюлю, залить водой и варить 15 минут.

Мелко нарезать плавленый сыр и зелень. Положить их в суп, посолить, влить молоко и варить, постоянно помешивая, чтобы сыр растворился.

Украсить готовый суп рубленой зеленью.

Гречнево-молочный суп с яблоком

1 л молока, 1 л воды, 1 стакан гречневой крупы, 1 яблоко, 2 столовые ложки сахара, соль.

Гречневую крупу тщательно промыть и сварить в подсоленной воде. Яблоко помыть, очистить, нарезать дольками, смешать с готовой гречневой кашей, залить холодным молоком, добавить сахар и все перемешать. Подать суп охлажденным.

Сырно-молочный суп

1 л молока, 2 столовые ложки сливочного масла или маргарина, 2 столовые ложки муки, 2 – 3 горсти макарон, 10 0 г сыра (можно плавленого), 1 луковица, зелень, соль, перец по вкусу.

Отварить макароны в подсоленной воде и откинуть на

дуршлаг.

Сыр натереть на терке, мелко нарезать лук. Обжарить муку на сливочном масле. Все перемешать и положить в кипящее молоко. Добавить макароны, варить 5 минут, посолить и поперчить.

Готовый суп украсить рубленой зеленью.

Молочный суп с рисом и ананасом

1 л молока, 2 л воды, 1 стакан риса, 100 г консервированного ананаса, 1 столовая ложка картофельного крахмала, 1 столовая ложка сахара, соль.

Рис перебрать, промыть, сварить в подсоленной воде, откинуть на дуршлаг, залить молоком, добавить сахар и смешанный с водой крахмал. Варить 5 минут. Готовый суп украсить ломтиками ананаса. Подать охлажденным.

Суп молочный с морковью и манной крупой

1/2 л молока, 1/4 стакана воды, 1 – 2 моркови, 1 столовая ложка манной крупы, 1 чайная ложка сахара, 1 столовая ложка сливочного масла.

Очищенную морковь отваривать в воде и протереть через сито. В кипящее молоко всыпать манную крупу и варить до готовности 15—20 минут, после чего соединить с протертой морковью и заправить сахаром.

При подаче к столу в каждую тарелку положить по кусочку сливочного масла.

Суп молочно-яичный

1 л молока, 1 стакан воды, 6 сваренных вкрутую яиц, 2 моркови, 1 столовая ложка лимонного сока, 1 чайная ложка сахара, 1 столовая ложка сливочного масла, зелень петрушки, соль.

Морковь очистить, отварить в воде до готовности, протереть через сито, залить водой и варить 10 минут. Яйца и зелень мелко нарезать и смешать с морковью. Добавить масло, лимонный сок, соль и сахар. Все взбить миксером, влить горячее молоко и варить 5 минут.

Подавать суп можно как горячим, так и охлажденным.

Молочный суп с яблоком и грушей

1 л молока, 1 яблоко, 1 груша, 100 г ягод малины, 1 столовая ложка сахара, 50 г ржаных сухарей, зелень петрушки, соль.

Яблоко и грушу помыть, очистить от сердцевины, мелко нарезать, посыпать сахаром и залить молоком. Добавить промытые ягоды малины и соль. Все перемешать.

Суп посыпать толчеными сухарями и украсить рубленой зеленью петрушки.

Суп ягодно-молочный

1 л молока, 1 стакан воды, 200 г ягод черники, 300 г ягод

малины, 100 г ягод калины, 100 г ягод черной смородины, 1 столовая ложка сахара, 1 столовая ложка сметаны, зелень петрушки, соль.

Ягоды помыть, перебрать и разделить на две части. Половину оставить, а другую смешать с сахаром, протереть через сито, залить водой и варить 10 минут. Добавить молоко, сметану, соль и оставшиеся ягоды. Все перемешать и охладить.

Готовый суп украсить рубленой зеленью петрушки.

Молочный суп с макаронами и малиной

1 л молока, 1 л воды, 100 г макарон, 100 г ягод малины, 1 столовая ложка сахара, зелень петрушки, соль.

Макароны отварить в подсоленной воде, откинуть на дуршлаг, положить в чугунную кастрюлю, залить молоком и поставить в духовой шкаф на 5 минут при температуре 150° С.

Добавить ягоды малины, сахар и соль. Все перемешать.

Суп украсить рубленой зеленью петрушки. Подать горячим.

Молочный суп с вермишелью и яйцом

1 л молока, 1 л воды, 100 г вермишели, 1 луковица, 4 сырых яйца, 50 г сливочного масла, зелень петрушки, соль.

Вермишель отварить в подсоленной воде и откинуть на дуршлаг. Лук очистить, нарезать кольцами, пассеровать на сливочном масле, смешать с вермишелью и сырыми яйцами, жарить, постоянно помешивая, 3 минуты. Переложить в кастрюлю, посолить и залить молоком. Все тщательно перемешать и варить 5 минут.

Готовое блюдо украсить рубленой зеленью. Подать горячим.

Молочный суп из свежих огурцов с морковью

1 л воды, 1/2 л молока, 1/2 стакана сметаны, 6 свежих огурцов, 2 моркови, зелень укропа, соль.

Огурцы нарезать соломкой, морковь натереть на крупной терке. Тщательно перемешать огурцы, морковь, сметану, холодное кипяченое молоко, кипяченую воду, соль.

Суп украсить измельченной зеленью укропа.

Суп из моркови с рисом

1 л воды, 1 л молока, 4 моркови, 200 г риса, 40 г сливочного масла или маргарина, соль.

Очищенную морковь нарезать соломкой. Рис перебрать, промыть. В кипящую воду положить морковь, рис, соль. Варить 5 минут, снять с огня и настаивать 15—20 минут.

Добавить в суп молоко и, не перемешивая, довести до кипения. Подать с маслом.

Суп из моркови и творога

1 л молока, 1 л воды, 5 штук моркови, 300 г творога, 2 столовые ложки изюма, 1/2 стакана сметаны, соль по вкусу.

Морковь натереть на крупной терке, смешать с протертым через сито творогом, добавить изюм, кипяченое молоко, смешанное с кипяченой холодной водой, соль, сметану и перемешать.

Подать холодным.

Суп молочный с тыквой

11/4 л молока, 1/3 л воды, 600 г тыквы, 1/2 стакана манной крупы, 3 столовые ложки сахара, 2 столовые ложки сливочного масла, соль.

Очищенную тыкву нарезать небольшими кусками, положить в кастрюлю, залить водой и тушить до готовности, а затем вместе с жидкостью протереть через сито.

В кипящее молоко всыпать манную крупу, посолить и варить 10 минут. Затем добавить протертую тыкву и сахар по вкусу.

Подать суп со сливочным маслом.

Кисельный суп «Сказка»

2 л молока, 1 столовая ложка крахмала, соль, 200 г манной крупы, 1/2 стакана сахара, 2 столовые ложки муки, 3 столовые ложки подсолнечного масла, 2 сырых яйца, 10 г малины.

В 1 л молока сварить густую манную кашу, смешать с вымытыми ягодами малины, яйцами, выложить ровным слоем на смазанный маслом и посыпанный мукой противень. Толщина слоя не должна превышать 6 см. Выпекать в духовке 5 минут при температуре 200° С, затем нарезать полосками размером 3 х 7 см и дать остыть.

Сварить кисель из оставшегося молока, сахара и крахмала. Манные полоски разложить по тарелкам и залить горячим киселем.

Кисельный суп с ягодами

2 л молока, 200 г клубники, 200 г вишни, 200 г сливы, 200 г крыжовника, 1 столовая ложка крахмала, соль, 1 стакан сахара, 150 г манной крупы, 3 столовые ложки муки, 100 г сливочного масла, 2 сырых яйца, 50 г молотых лесных орехов.

На 1 л молока сварить густую манную кашу, добавить мытые ягоды клубники, 1/2 стакана сахара, яйца, перемешать, выложить ровным тонким слоем на противень, смазанный маслом и посыпанный мукой. Выпекать в духовке при температуре 200° С 5 минут, затем нарезать небольшими квадратами, накрыть вафельным полотенцем и дать остыть.

Сварить фруктовый кисель из оставшегося молока, сливы, крыжовника, и вишни, сахара и крахмала. Манные квадраты разложить по глубоким тарелкам и залить горячим киселем.

Блюдо украсить рублеными орехами.

Кисельный суп «Сырный дом»

11/2 л молока, 2 столовые ложки крахмала, соль, 1/3 стакана манной крупы, 1 стакан тертого сыра, 1 стакан сахара, 2 столовые ложки муки, 2 столовые ложки подсолнечного масла, 2 сырых яйца, 1 банан.

Сварить кисель из 1 л молока, сахара и крахмала.

Манную крупу и тертый сыр смешать, посолить, положить в оставшееся кипящее молоко и варить, помешивая, 7 минут. Получившуюся массу смешать с яйцами, выложить ровным тонким слоем на смазанный маслом и посыпанный мукой противень и выпекать в духовке 3 минуты при температуре 150° С, затем нарезать с помощью рюмки кругами, посыпать сахаром, накрыть вафельным полотенцем и дать остыть.

Манные круги разложить по глубоким тарелкам и залить молочным киселем. Блюдо украсить нарезанным кружочками бананом.

Английский кисельный суп

2 л молока, 3 стакана воды, 1 столовая ложка крахмала, соль, 1 стакан риса, 1/2 стакана сахара, 3 столовые ложки манной крупы, 2 столовые ложки сливочного масла, 3 сырых яйца, 2 очищенных киви.

Сварить кисель из 1 л молока, щепотки соли, крахмала и 1/4 стакана сахара.

Рис промыть, сварить на воде, откинуть на дуршлаг, залить молоком, добавить оставшуюся часть сахара и соль. Варить 5 минут.

Получившуюся массу смешать с яйцами, разделить на несколько частей, раскатать из них лепешки, обвалять в манной крупе и поджарить на сливочном масле с обеих сторон. Рисовые биточки разложить по тарелкам и залить киселем.

Готовое блюдо украсить нарезанными дольками киви.

Фруктово-молочный кисельный суп

2 л молока, 1 яблоко, 1 груша, 1 банан, 1 персик, 100 г ананаса, 100 г ягод черники и малины, 1 столовая ложка крахмала, 1 стакан сахара, 2 столовые ложки муки, 2 столовые ложки сливочного масла.

Сварить кисель из молока, крахмала и сахара.

Фрукты помыть, очистить от семян и кожицы. Затем нарезать тонкими ломтиками, обвалять в муке и поджарить на сливочном масле до образования золотистой корочки. Готовые фрукты разложить по глубоким тарелкам и залить молочным киселем.

Готовое блюдо украсить ягодами черники и малины.

Фруктово-ягодный кисельный суп

11/2 л молока, 1 банан, 2 яблока, 200 г сливы, 3 киви, 100 г ягод малины, 100 г ягод вишни, 100 г ягод черной или красной

смородины, 1 столовая ложка крахмала, 1/2 стакана сахара, 5 столовых ложек тертого черного шоколада, 4 столовые ложки измельченного ириса, 2 столовые ложки сливочного масла.

Сварить кисель из молока, крахмала, мелко нарезанных фруктов и сахара, процедить. Ягоды помыть.

Измельченный ирис смешать со сливочным маслом, переложить в небольшой ковш и растопить. Обмакнуть в получившуюся массу ягоды и выложить на лист фольги для подсыхания. Готовые ягоды положить на тарелки и залить фруктовым киселем.

Готовое блюдо посыпать тертым шоколадом. Подать горячим.

Суп кисельно-ореховый

1 л молока, 1 стакан воды, 1 груша, 100 г ягод малины, 1/2 столовой ложки крахмала, 1/2 стакана сахара, 2 столовые ложки тертых лесных орехов, 3 столовые ложки очищенных кедровых орехов, 2 столовые ложки миндальных орехов.

Сварить кисель из воды, молока, крахмала и сахара. Грушу помыть, очистить от семян и кожицы, нарезать тонкими ломтиками и опустить в кисель. Варить 5 минут. Добавить измельченные орехи, малину и все тщательно перемешать.

Готовое блюдо можно подавать к столу как горячим, так и охлажденным.

ПЕРВЫЕ БЛЮДА НАРОДОВ МИРА

Первые блюда являются основой питания. Горячий ароматный суп согревает в холодное время года, а холодная окрошка дарит прохладу жарким летом. Более того, супы и похлебки полезны для здоровья, поскольку их ежедневное употребление помогает избежать гастрита. Неудивительно, что супы заняли почетное место в кухнях всех народов мира. Конечно, готовят их по-разному, используя самые разнообразные ингредиенты и специи, но обойтись без них не может ни один человек.

Первыми блюдами супы называют недаром. После них более тяжелая пища употребляется и усваивается гораздо лучше, так как, проходя по пищеводу в желудок, суп покрывает ее защитной пленкой из жира.

Основой супов, конечно же, является бульон. Для его изготовления у различных народов используется разное мясо: баранина, говядина, свинина, конина и т. д. Но и любители вегетарианской пищи, не употребляющие мясо в пищу, не обделены. В их рационе присутствуют разнообразные тыквенные, картофельные, рисовые, луковые и многие другие виды супов и похлебок.

Рецепты первых блюд разнятся не только и не столько из-за менталитета народов, их изготовляющих, но из-за различия в основных продуктах питания в отдельных странах. Именно потому арабский суп не похож на японский, а индусский – на таджикский.

Итак, супы и похлебки – это основа правильного питания, хорошего пищеварения, а значит, и отличного самочувствия.

Индийская кухня

Обязательными ингредиентами индийских супов являются кукуруза, рис, горох, чечевица. Жители Индии отдают предпочтение острой и пряной пище. Поэтому большое значение при приготовлении блюд имеют перец, корица, гвоздика, имбирь, мята, орехи, горчица, чеснок, зелень петрушки и укропа.

Индийский суп-пюре

1 л любого овощного бульона, 1 яблоко, 1 луковица, 11/2 стакана соевого соуса, 1/2 стакана сливок, 2 столовые ложки риса, 1 столовая ложка сливочного масла, 1 чайная ложка карри, соль по вкусу.

Рис перебрать, промыть, поместить в кастрюлю, залить водой, посолить, откинуть на дуршлаг. Лук измельчить и обжарить на сливочном масле. Яблоко очистить, не удаляя сердцевины, и запечь в предварительно разогретой духовке, после чего протереть через сито.

Все ингредиенты смешать, залить бульоном, посолить и варить 15 минут, после чего выложить в глубокую посуду и подать к столу.

Куриный суп по-индийски

11/2 л воды, 1 тушка курицы, 2 луковицы, 1 столовая ложка растительного масла, 3 столовые ложки сметаны, 1/2 чайной ложки семян кориандра, 1/2 чайной ложки красного перца, 1/4 чайной ложки раздробленного имбиря, соль по вкусу.

Тушку курицы обработать, промыть, разрубить на куски, поместить в кастрюлю, посолить, залить водой и варить 20 минут, периодически снимая пену, после чего бульон процедить.

Семена кориандра растолочь, смешать с красным перцем и имбирем, сметаной, небольшим количеством воды и измельченным, обжаренным на растительном масле луком. Полученную смесь залить небольшим количеством бульона и довести до кипения.

При подаче к столу курицу выложить в глубокую тарелку, залить горячим куриным бульоном и добавить массу из приправ и лука.

Суп с карри

1 л воды, 150 г мяса кролика, 3 луковицы, 1 пучок зелени укропа, 1 лавровый лист, 3 столовые ложки сока лимона, 1 стакан отварного риса, 1/2 стакана сметаны, 2 столовые ложки сливочного масла, 1 чайная ложка карри, соль по вкусу.

Мясо промыть, нарезать небольшими кусками и обжарить на сливочном масле.

Лук очистить, измельчить, обжарить с карри, после чего добавить к мясу. Затем полученную массу посолить, залить водой, смешать с лавровым листом, нашинкованной зеленью и варить 20 минут.

Готовый бульон процедить, влить лимонный сок, добавить куски мяса, сметану, довести суп до кипения и снять с огня.

Острый бульон «Кали»

2 стакана куриного бульона, 4 помидора, 1 морковь, 2 луковицы, 3 зубчика чеснока, 3 столовые ложки сливочного масла, 1 чайная ложка гарам масала в зернах, 1/2 чайной ложки раздробленного имбиря, соль и перец по вкусу.

Лук и морковь очистить, нашинковать, помидоры обдать кипятком, Снять кожицу и нарезать небольшими дольками. Ингредиенты смешать, поместить в сковороду и тушить 15 минут на слабом огне с добавлением сливочного масла. Полученную массу протереть через сито, влить в кипящий куриный бульон, посолить, добавить толченый чеснок, пряности и варить 10 минут.

Арабская кухня

Для приготовления супов в арабской кухне широко применяются баранина, бобовые культуры, консервированные и свежие овощи, пряности. Характерная особенность арабской кухни – тепловая обработка мяса без использования жиров.

При этом необходимо предварительно прогреть сковороду до температуры 300° С, чтобы корочка, образующаяся при соприкосновении продукта с раскаленной поверхностью, удерживала в мясе сок, придающий блюду неповторимый вкус.

Суп овсяный с мясом и чесноком

1 л воды, 100 г баранины, 2 луковицы, 2 клубня картофеля, 3 зубчика чеснока, 1/2 стакана овсяной крупы, 4 столовые ложки сметаны, 1 столовая ложка топленого масла, 1 столовая ложка измельченной зелени укропа, соль по вкусу.

Мясо помыть, нарезать небольшими кусками, обжарить без добавления масла, затем поместить в кастрюлю, залить водой и варить до готовности.

Готовый бульон процедить, добавить овсяную крупу, очищенный и нарезанный кубиками картофель и продолжать варить еще 10 минут. Лук и чеснок очистить, измельчить, обжарить на топленом масле, добавить сметану и все перемешать.

За 5 минут до готовности положить в суп обжаренные лук и чеснок, довести до кипения, посыпать измельченной зеленью, посолить и подать к столу.

Суп «Берган» с дыней

1 л готового мясного бульона, 2 клубня картофеля, 4 зубчика чеснока, 2 столовые ложки вермишели, 2 столовые ложки гороха, 100 г дыни, 1 столовая ложка топленого масла, 1 столовая ложка пшеничной муки, 1 столовая ложка томатной пасты, 2 столовые ложки измельченной зелени укропа, соль и перец по вкусу.

Горох промыть, поместить в готовый мясной бульон и варить до готовности. Затем добавить вермишель, очищенный и нарезанный кубиками картофель, соль, перец и варить еще 20 минут.

Чеснок очистить, измельчить, обжарить на топленом масле с добавлением муки и томатной пасты, выложить полученную массу в суп за 5 минут до готовности.

Готовое блюдо посыпать измельченной зеленью укропа, украсить кусочками дыни и подать к столу.

Суп с каперсами

2 л воды, 150 г бараньих костей, 5 луковиц, 1 кружок лимона, 1 пучок зеленого лука, 70 г каперсов, 2 столовые ложки томата-

пюре, 1 столовая ложка жира, 2 столовые ложки сметаны, соль по вкусу.

Кости промыть, разрубить, поместить в кастрюлю, залить водой и сварить бульон. Процедить его и вскипятить.

Лук очистить, измельчить, обжарить на жире с томатом-пюре, добавить в кипящий бульон и варить 15 минут. За 5 минут до окончания варки положить в суп каперсы, соль и довести блюдо до кипения.

Подавая к столу, положить в суп кусочек лимона, сметану и измельченный зеленый лук.

Суп «Караван»

2 л воды, 500 г баранины, 6 зубчиков чеснока, 1/2 стакана консервированной фасоли, 1 столовая ложка топленого масла, 1 столовая ложка томатной пасты, 1 столовая ложка измельченной зелени укропа, соль по вкусу.

Мясо промыть, нарезать небольшими кусками, обжарить на сковороде без добавления масла, затем поместить в кастрюлю, залить водой, посолить и сварить бульон, после чего его процедить и вскипятить.

Фасоль промыть, добавить в кипящий бульон и варить 20 минут. Чеснок очистить, измельчить, обжарить на топленом масле с томатной пастой. Полученную массу выложить в суп и варить 15 минут.

Готовое блюдо посыпать измельченной зеленью укропа и подать к столу.

Ореховый суп с мясом, рисом и фасолью

2 л воды, 100 г мяса дичи, 2 луковицы, 3 зубчика чеснока, 1/2 стакана консервированной фасоли, 1/2 стакана риса, 50 г очищенных грецких орехов, 100 г измельченного миндаля, 2 столовые ложки топленого масла, 3 столовые ложки томата-пюре, 2 столовые ложки измельченной зелени укропа, соль и перец по вкусу.

Мясо промыть, нарезать крупными кусками, обжарить на сковороде с орехами без добавления масла, затем поместить в кастрюлю, залить водой, посолить, поперчить и варить до готовности. Готовый бульон процедить.

Фасоль промыть, засыпать в готовый отвар, варить 15 минут, после чего добавить рис и продолжать варить еще 20 минут.

Лук очистить, измельчить, обжарить на топленом масле с томатом-пюре. Полученную массу выложить в суп за 5 минут до готовности.

Подавая к столу, суп посыпать нарубленной зеленью, толченым миндалем, перцем.

Чесночный суп с бараниной и горошком

1 л воды, 100 г баранины, 2 луковицы, 2 клубня картофеля, 5 зубчиков чеснока, 1/2 стакана консервированного горошка, 50 г маслин, 1/4 стакана красного вина, 100 г мелкого винограда, 11/2 столовой ложки топленого масла, 1 столовая ложка томата-пюре, 1 чайная ложка молотого красного перца, соль по вкусу, зелень.

Мясо промыть, нарезать крупными кусками, обжарить в топленом масле на сковороде, поместить в кастрюлю, залить водой, посолить и варить до готовности.

Картофель очистить, горошек обжарить на сливочном масле с измельченными луком и чесноком, маслинами, виноградом, томатом-пюре и красным перцем. Полученную массу добавить в суп и варить 25 минут.

За 10 минут до готовности в суп положить измельченную зелень и влить вино.

Мясная солянка с маслинами и каперсами

1 л воды, 100 г говядины, 1 морковь, 1 корень петрушки, 1 корень сельдерея, 4 луковицы, 1 соленый огурец, 3 зубчика чеснока, 1 пучок зелени петрушки, 20 г каперсов, 1 столовая ложка маслин, 2 столовые ложки томатной пасты, 1 столовая ложка сливочного масла, 2 столовые ложки сметаны, 1 кружок лимона, соль и перец по вкусу.

Мясо промыть, нарезать небольшими кусками, обжарить на сковороде без добавления масла, затем поместить в кастрюлю, залить водой, добавить коренья и варить до готовности.

Обжарить на сливочном масле с добавлением томатной пасты каперсы, маслины, нашинкованный лук и нарезанный кусочками огурец, после чего залить бульоном, посолить, поперчить и варить 5 – 10 минут.

В готовую солянку положить кружок лимона, сметану, измельченную зелень, толченый чеснок и подать к столу.

Суп с маслинами, консервированной фасолью и чесноком

1 л воды, 100 г баранины, 2 клубня картофеля, 1 морковь, 100 г маслин, 5 зубчиков чеснока, 1 стакан консервированной фасоли, 2 столовые ложки томата-пюре, 2 столовые ложки топленого масла, 2 столовые ложки измельченной зелени укропа, соль, 1/4 чайной ложки красного молотого перца.

Мясо промыть, нарезать небольшими кусками, обжарить без добавления масла на сковороде, положить в кастрюлю, залить водой, варить 30 минут. Бульон процедить.

Картофель очистить, помыть, нарезать кубиками, добавить в кипящий бульон, варить 15 минут.

Чеснок и морковь очистить, измельчить, обжарить на топленом масле

с томатом-пюре, консервированной фасолью и маслинами. Полученную массу

выложить в суп, посолить, добавить красный перец. Варить 5 минут. Готовый суп посыпать зеленью укропа и подать к столу.

Узбекская кухня

В кулинарии Узбекистана для приготовления первых блюд широко используется лапша. Популярностью среди населения этого государства пользуется суп кескан-ош, суюк-ош, нарын, лагман. Необходимый компонент каждого блюда – зелень.

Мастава

2 л воды, 200 г мякоти баранины, 100 г мякоти конины, 3 луковицы, 2 моркови, 2 помидора, 2 клубня картофеля, 1 красный перец, 11/2 стакана риса, 1/2 стакана гороха, 2 столовые ложки измельченной зелени кинзы, 1 чайная ложка перца, соль по вкусу.

Мясо промыть, нарезать небольшими кусками и пропустить через мясорубку вместе с очищенным луком. Фарш поперчить, посолить и перемешать. Из полученной массы сформовать небольшие фрикадельки, поместить их в кипящую подсоленную воду и варить 20 минут, после чего добавить промытый горох, очищенную нашинкованную морковь, дольки помидоров и продолжать варить 10 минут.

Рис перебрать, картофель и перец очистить и нарезать кубиками. Ингредиенты добавить в суп и варить 20 минут.

Готовый суп поперчить, посыпать измельченной зеленью кинзы и подать к столу.

Нуход шурпа

2 л воды, 300 г баранины, 100 г конины, 2 моркови, 1 клубень картофеля, 1 луковица, 1 лавровый лист, 1 пучок зелени укропа и кинзы, 1 стакан гороха, 1 лавровый лист, 1 стручок красного перца, базилик, кориандр, соль по вкусу.

Мясо промыть, нарезать небольшими кусками, поместить в кастрюлю, добавить горох, вымоченный в воде в течение 12 часов, очищенные и нашинкованные лук и морковь, залить водой, посолить и варить 40 минут.

За 15 минут до готовности положить в суп очищенный и нарезанный кубиками картофель и специи. Готовое блюдо посыпать измельченной зеленью укропа и кинзы и подать к столу.

Мошова

11/2 л воды, 200 г мякоти баранины, 50 г филе морской рыбы, 2 луковицы, 3 стакана маша, 1 стакан топленого масла, 2 столовые ложки измельченной зелени кинзы, 1 столовая ложка томатной пасты, соль и перец по вкусу.

Мясо и рыбу промыть, нарезать кусочками и пропустить через мясорубку вместе с 1 очищенной луковицей. Фарш поперчить, посолить, перемешать и обжарить на топленом масле с томатной пастой и оставшимся измельченным луком.

Маш промыть, поместить в кастрюлю и замочить в холодной воде на 2 часа, после чего добавить в фарш и продолжать жарить 10 минут. Затем залить водой и прокипятить.

Готовое блюдо посыпать измельченной зеленью кинзы и подать к столу.

Узбекский суп с мясной поджаркой

11/2 л воды, 150 г конины, 10 г куриного мяса, 200 г баранины, 100 г курдючного жира, 4 клубня картофеля, 4 помидора, 3 луковицы, 2 моркови, 1 сладкий перец, 1 пучок зелени укропа, соль и перец по вкусу.

Мясо промыть, нарезать небольшими кусками, поместить в глубокую сковороду с растопленным жиром и обжарить до румяной корочки. Лук очистить, нашинковать, добавить к мясу и продолжать жарить, периодически помешивая, 5 минут.

Положить в сковороду дольки помидоров, нарезанную кружками морковь, кусочки сладкого перца, очищенный, но ненарезанный картофель, накрыть посуду крышкой и тушить 7 минут, после чего ингредиенты залить водой, посолить, поперчить и варить 1 час.

Готовое блюдо посыпать измельченной зеленью укропа и подать к столу.

Ширковок

21/2 л молока, 2 стакана воды, 400 г тыквы, 1 стакан риса, 2 г мяты, кориандр, зелень кинзы, 1/2 стакана топленого масла, соль по вкусу.

Тыкву очистить от кожуры и семян, нарезать кубиками, поместить в кипящую воду, добавить промытый рис, кориандр, мяту, соль и варить 20 минут, после чего влить молоко и продолжать варить еще 15 минут. Затем кастрюлю снять с огня и настаивать суп в течение 15 минут.

Готовое блюдо заправить топленым маслом, украсить рубленой зеленью кинзы и подать к столу.

Узбекский суп с лапшой на курином бульоне

2 л воды, 1 тушка курицы, 3 луковицы, 2 клубня картофеля, 1 морковь, 1 сырое яйцо, 1 лавровый лист, 2 столовые ложки сушеной мяты, 1/2 стакана молотого зеленого чая, 1 пучок базилика, 11/2 стакана муки, соль и перец по вкусу.

Тушку курицы обработать, промыть, разрубить на небольшие куски, посолить, поместить в кастрюлю вместе с очищенным и нарезанным кольцами луком, мятой, базиликом, чаем, залить холодной водой и варить 1 час, периодически снимая пену.

Из муки, соли, яйца и 1/2 стакана воды замесить крутое тесто, раскатать его в тонкий пласт и нарезать лапшой.

Морковь и картофель очистить, нарезать соломкой, положить

в куриный бульон и варить 20 минут, после чего добавить лавровый лист, лапшу и продолжать варить еще 10 минут.

Готовое блюдо поперчить, посыпать базиликом и подать к столу.

Машхурда с персиками

1 л воды, 300 г баранины, 2 клубня картофеля, 100 г дыни, 200 г персиков, 2 помидора, 2 луковицы, 1 морковь, 1 стакан риса, 1 стакан маша, 1/2 стакана измельченной зелени кинзы, 3 столовые ложки жира, 1 столовая ложка томатной пасты, соль и перец по вкусу.

Маш промыть, поместить в кастрюлю, залить холодной водой и варить 15 минут. Лук, дыню и персики очистить, измельчить, положить в кастрюлю с растопленным жиром и кусочками мяса, добавить нарезанные кубиками картофель и морковь, ломтики помидоров, томатную пасту, влить воду и тушить 20 минут. Полученную массу соединить с машем, предварительно сваренным рисом, поперчить, посолить, посыпать измельченной зеленью кинзы и подать к столу.

Суп с рисом, овощами и ягодами

1/2 л воды, 2 репы, 2 моркови, 2 луковицы, 100 г вишни, 200 г персиков, барбарис, 1 стакан риса, 1/2 стакана измельченной зелени укропа, соль и перец по вкусу.

Репу, персики и морковь очистить, нарезать кубиками, поместить в кастрюлю, добавить нарезанный кольцами лук и вишню, очищенную от косточек. Ингредиенты залить холодной водой и варить на слабом огне 40 минут.

Положить в кастрюлю соль, предварительно перебранный и промытый рис и барбарис. Продолжать варить суп еще 20 минут, после чего блюдо поперчить, посыпать измельченной зеленью укропа и подать к столу.

Острый бульон из баранины с помидорами

1 л воды, 1/2 кг бараньих костей, 1 кг помидоров, 3 луковицы, 2 клубня картофеля, 1 сладкий перец, 1/2 стакана измельченной зелени кинзы, 1/4 чайной ложки красного молотого перца, 4 зубчика чеснока, соль и черный молотый перец по вкусу.

Кости промыть, разрубить, поместить в кастрюлю, залить водой и варить 2 часа, после чего бульон процедить.

Лук, чеснок и сладкий перец очистить, нашинковать, поместить в кипящий бульон, добавить соль, красный перец, помидоры, очищенный и нарезанный кубиками картофель и варить 30 минут. Затем помидоры вынуть, остудить, очистить от кожицы, протереть через сито, вновь поместить в кастрюлю с бульоном и варить 10 минут.

Готовое блюдо поперчить, посыпать измельченной зеленью

кинзы и подать к столу.

Суп с лапшой и фрикадельками по-узбекски

11/2 л воды, 200 г конины, 7 луковиц, 2 клубня картофеля, 1 яйцо, 1 сладкий перец, 1/2 чайной ложки красного молотого перца, 1 пучок зелени укропа, 1/2 стакана муки, соль по вкусу.

Мясо промыть, нарезать небольшими кусками и пропустить через мясорубку вместе с очищенным луком. Фарш посолить, добавить красный перец и перемешать. Из полученной массы сформовать фрикадельки.

Из муки, соли, яйца и 1/2 стакана воды замесить крутое тесто, раскатать его в тонкий пласт и нарезать лапшой.

Сладкий перец и картофель очистить, нарезать соломкой, поместить в кастрюлю с кипящей водой, варить 5 минут, после чего добавить в суп фрикадельки и варить 10 минут. Затем всыпать лапшу и соль и продолжать варить суп еще 10 минут.

Готовое блюдо посыпать измельченной зеленью укропа и подать к столу.

Суп с кониной и макаронами

11/2 л воды, 300 г конины, 2 клубня картофеля, 3 луковицы, 2 моркови,

1 лавровый лист, 1/2 стакана макарон, 2 столовые ложки томатной пасты,

2 столовые ложки жира, 3 столовые ложки измельченной зелени петрушки, соль и перец по вкусу.

Мясо промыть, не нарезая, поместить в кастрюлю вместе с нашинкованной морковью, залить холодной водой и варить 40 минут, периодически снимая пену, после чего бульон процедить, а конину нарезать кусочками.

Лук очистить, измельчить и обжарить на жире с добавлением томатной пасты. В полученную массу положить кусочки мяса, влить воду и тушить 15 минут, накрыв посуду крышкой.

Картофель очистить, нарезать соломкой, поместить в кипящий бульон вместе с макаронами, варить 10 минут, после чего заправить поджаркой, положить лавровый лист и продолжать варить еще 5 минут.

Готовое блюдо посолить, поперчить, посыпать измельченной зеленью петрушки и подать к столу.

Суп с клецками по-узбекски

11/2 л воды, 300 г мякоти баранины, 3 помидора, 2 луковицы, 2 клубня картофеля, 1 морковь, 1 сладкий перец, 1 яйцо, 1 лавровый лист, 1 пучок базилика, 1 стакан муки, 2 столовые ложки топленого масла, соль и перец по вкусу.

Из муки, 1/2 стакана воды, соли и яйца замесить крутое тесто, раскатать его в тонкий пласт и вырезать клецки в форме

треугольников.

Лук и морковь очистить, нашинковать, поместить в кастрюлю с разогретым топленым маслом вместе с кусочками мяса и обжарить. Затем добавить дольки помидора, соль, лавровый лист и продолжать жарить еще 10 минут, периодически помешивая массу. Через 5 минут положить в суп очищенные и нарезанные картофель и сладкий перец и влить воду.

Суп довести до кипения, всыпать в кастрюлю клецки и варить 20 минут.

Готовое блюдо поперчить, посыпать измельченным базиликом и подать к столу.

Суп мучной

1 луковица, 100 г курдючного жира, 2 стакана воды, 1/2 стакана муки, 2 столовые ложки измельченной зелени кинзы, соль и перец по вкусу.

Лук очистить, измельчить, поместить в кастрюлю с растопленным курдючным жиром и обжарить, после чего посолить, поперчить, залить водой и варить на слабом огне 10 минут. Затем добавить в суп муку, разведенную холодной кипяченой водой, и продолжать варить при постоянном помешивании 20 минут.

Готовое блюдо посыпать измельченной зеленью кинзы и подать к столу.

Суп с лапшой, кислым молоком и горохом

1 л кислого молока, 2 яйца, 1 пучок зелени кинзы, 1 стакан муки, 1 стакан гороха, 1 стакан воды, соль и перец по вкусу.

Из муки, яиц, 1/2 стакана воды и соли замесить крутое тесто, раскатать его в тонкий пласт и нарезать лапшой.

Горох вымачивать в воде в течение 12 часов, после чего поместить в кастрюлю с кипящей водой и варить 50 минут.

За 20 минут до готовности в бульон всыпать лапшу, соль, перец, а затем снять кастрюлю с огня.

Готовое блюдо смешать с кислым молоком, посыпать измельченной зеленью кинзы и подать к столу.

Суп-пюре с репой и молоком (узбекское блюдо)

11/2 л молока, 500 г репы, 1 луковица, зелень кинзы, красный перец, соль.

Очищенную репу нарезать кубиками, лук нашинковать, залить 1 л молока и варить до готовности, затем положить соль, перец и варить еще 20 минут. Остудить, протереть через сито, влить оставшееся молоко и все перемешать.

Готовый суп посыпать рубленой зеленью.

Узбекские пельмени

2 л мясного бульона, зелень петрушки, 1/2 стакана кислого

молока, красный и черный перец.

Для теста: 200 г пшеничной муки, 1 яйцо, соль, вода.

Для фарша: 1 луковица, соль, 200 г говядины, черный молотый перец, вода.

Пропустить говядину через мясорубку вместе с репчатым луком, добавить немного воды, соль, черный молотый перец. Все перемешать.

Из перечисленных ингредиентов замесить тесто, раскатать его в пласт толщиной 1 – 2 мм, нарезать квадратами со сторонами 3 см, на них положить фарш и слепить края. Пельмени отварить в бульоне.

Готовые пельмени залить кислым молоком и бульоном, посыпать молотым перцем и рубленой зеленью.

Азербайджанская кухня

В национальной кухне Азербайджана существует множество способов приготовления супов. Как правило, все рецепты содержат мясо, чаще всего баранину. Использование корицы, гвоздики, сумаха, кинзы, перца, мяты, шафрана, тмина придает блюдам азербайджанской кухни особую остроту и неповторимый аромат.

Пити

2 л воды, 250 г баранины, 2 луковицы, 1 клубень картофеля, 2 помидора, 30 г курдючного сала, 1 столовая ложка гороха, 1 столовая ложка сушеной алычи, 1 чайная ложка сушеной мяты, соль и перец по вкусу.

Горох промыть, поместить в посуду, залить холодной водой и оставить на 5 часов, после чего положить в глиняный горшок с нарезанным небольшими кусками мясом, влить воду, поставить емкость на огонь и варить на слабом огне до готовности, периодически снимая пену.

Картофель очистить, добавить в пити вместе с промытой алычой и солью и варить еще 20 минут. Очищенный и нарезанный лук, дольки помидоров, курдючное сало, перец положить в блюдо за 10 минут до готовности.

Пити посыпают сушеной мятой и подают к столу.

Суп по-азербайджански

1 л воды, 100 г баранины, 1 луковица, 20 г курдючного сала, 2 столовые ложки риса, 2 столовые ложки измельченной зелени кинзы и укропа, 1 столовая ложка измельченной алычи, перец и соль по вкусу.

Мясо помыть, нарезать небольшими кусками, поместить в кастрюлю, залить водой, варить до готовности, периодически снимая пену, после чего бульон процедить, а мясо отделить от костей. Рис промыть и добавить в кипящий бульон вместе с алычой, измельченным луком, нарезанным курдючным салом и варить 20 минут. За 10 минут до готовности бульон посолить, поперчить, посыпать зеленью кинзы и укропа, положить кусочки мяса.

Кюфта-бозбаш

1 л воды, 200 г баранины, 100 г бараньих костей, 1 клубень картофеля, 2 луковицы, 1 пучок зелени кинзы, 20 г курдючного сала, 1/2 стакана риса, 1/2 стакана гороха, 1 столовая ложка сушеной алычи, 1 чайная ложка настоя шафрана, 1 чайная ложка сушеной мяты, соль и перец по вкусу.

Кости помыть, разрубить, поместить в кастрюлю, залить

холодной водой и варить 40 минут, после чего процедить, положить в бульон предварительно замоченный на 3 часа горох и продолжать варить 30 минут.

Мясо промыть, нарезать небольшими кусками и пропустить через мясорубку вместе с репчатым луком. Рис перебрать, промыть, соединить с фаршем, посолить, поперчить и тщательно перемешать. Из полученной массы сформовать небольшие шарики, в середину каждого поместить по 2 – 3 штуки алычи.

Мясные шарики положить в бульон вместе с очищенным, но ненарезанным картофелем и варить 20 минут. За 10 минут до готовности в кюфту-бозбаш добавить нарезанное курдючное сало, настой шафрана, соль и перец.

Готовое блюдо подать к столу, украсив измельченной зеленью кинзы и сухой мятой.

Довга с мясом

1 л готового бульона из костей, 150 г баранины, 2 луковицы, 1 стакан мацони, 2 столовые ложки риса, 2 столовые ложки гороха, 1 столовая ложка пшеничной муки, по 1 столовой ложке измельченных щавеля, кинзы и укропа, соль и перец по вкусу.

Мясо промыть, нарезать небольшими кусками, пропустить через мясорубку вместе с луком. Полученный фарш поперчить, посолить, затем сформовать шарики.

Мацони и муку перемешать, довести до кипения при постоянном помешивании, влить мясной бульон, после чего добавить промытый рис, предварительно замоченный горох, мясные шарики и варить 30 минут.

За 10 минут до готовности в довгу добавить измельченную зелень и соль.

Щорба с курицей

1 л воды, 150 г мяса курицы, 2 луковицы, по 1/2 пучка зелени кинзы и укропа, 1/2 стакана риса, 3 столовые ложки топленого масла, 1 столовая ложка сушеной алычи, 1 столовая ложка сушеной зелени мяты, соль и перец по вкусу.

Тушку курицы обработать, промыть, разрубить на куски, поместить в кастрюлю, залить холодной водой и варить до готовности, после чего бульон процедить.

Рис перебрать, промыть, всыпать в кипящий бульон и варить 10 минут, после чего добавить измельченный и обжаренный на топленом масле лук и продолжать варить еще 20 минут.

За 15 минут до готовности в щорбу положить алычу и соль. В готовое блюдо выложить кусочки курицы, добавить измельченную зелень кинзы и укропа, сушеную мяту, перец и довести щорбу до кипения.

Казахская кухня

В национальной кухне Казахстана преобладают блюда, для приготовления которых необходимы баранина, говядина, лапша. Из специй в Казахстане предпочитают перец. В качестве суповой основы часто используют айран (кислое молоко).

Суп из айрана и лапши

1 л воды, 1 л айрана, 150 г конины, 2 луковицы, 1 морковь, 1 яйцо, 2 стакана пшеничной муки, 1 столовая ложка топленого масла, 1 чайная ложка измельченной зелени укропа, соль и перец по вкусу.

Из просеянной муки, воды и яйца замесить крутое тесто, раскатать его в тонкий пласт, затем свернуть в форме трубочки и нарезать кусочками.

Конину промыть, отделенные от мяса кости нарубить, поместить в кастрюлю и варить 40 минут, после чего бульон процедить и остудить. Мясо поместить в отвар, сварить, вынуть, остудить и нарезать небольшими кусками.

Очищенную морковь нашинковать и поместить в кипящий мясной бульон вместе с лапшой, влить айран и варить 15 минут. Лук очистить, нашинковать и добавить в суп. Затем положить лавровый лист, соль, перец, топленое масло и варить еще 10 минут.

Готовое блюдо посыпать измельченной зеленью укропа и подать к столу.

Сорпа

11/2 л воды, 100 г костей конины, 150 г грудинки баранины, 3 луковицы, 1 морковь, 1 пучок зелени укропа, 6 горошин черного перца, 1 лавровый лист, соль и перец по вкусу.

Говяжью грудинку и кости конины промыть, нарубить и поместить в глиняный горшок емкостью 1/2 л. Ингредиенты залить холодной водой, посолить и варить на слабом огне 40 минут.

За 15 минут до готовности положить в суп горошки перца, нашинкованный лук, лавровый лист и натертую на крупной терке морковь.

Готовое блюдо посыпать измельченной зеленью и подать к столу.

Мясной суп

2 л воды, 250 г конины с костями, 1 редька, 5 помидоров, 5 луковиц, 3 зубчика чеснока, 1/2 пучка зелени укропа, 1 лавровый лист, 25 г курдючного жира, 3 столовые ложки винного уксуса, 1/2 чайной ложки перца, соль по вкусу.

Мясо отделить от костей, промыть, нарезать небольшими кусками, поместить в глубокую сковороду, посолить, поперчить и обжарить на жире до румяной корочки. Лук и редьку очистить, нашинковать соломкой, добавить к мясу и продолжать жарить 10 минут, постоянно помешивая.

Помидоры ошпарить кипятком, очистить от кожуры, нарезать небольшими дольками и поместить вместе с толченым чесноком, лавровым листом и винным уксусом в сковороду с мясом, залить ингредиенты 1 стаканом воды и тушить 20 минут.

Кости промыть, нарубить, поместить в кипящую подсоленную воду и варить 40 минут, после чего бульон процедить, влить в тушеную смесь, довести суп до кипения и снять с огня.

Готовое блюдо посыпать измельченной зеленью укропа и подать к столу.

Киргизская кухня

Национальная кухня Киргизии отличается большим количеством рецептов, в которых основными составляющими являются лук, помидоры, огурцы, морковь, капуста. Большой популярностью пользуется тыква, ее помещают в супы и добавляют к мясу. Некоторые способы приготовления блюд заимствованы у других народов. Сюда можно отнести супы шорпоо и шурпу.

Суп кесме

11/2 л воды, 200 г мяса горного козла, 1 яйцо, 1 редька, 1 джусай, 2 луковицы, 2 зубчика чеснока, 15 г курдючного жира, 1/2 стакана муки, 2 столовые ложки томатной пасты, 1 столовая ложка измельченной зелени укропа, соль и перец по вкусу.

Мясо промыть, отделенные от мякоти кости нарубить, поместить в кастрюлю, залить водой, варить 40 минут. Затем бульон процедить. Мякоть нарезать небольшими кусками и обжарить с курдючным жиром и томатной пастой до появления румяной корочки.

Нарезанные соломкой лук, редьку и джусай обжарить на растопленном курдючном жире, добавить к мясу, залить 1 стаканом воды и тушить 20 минут, после чего выложить полученную массу в бульон.

Из просеянной муки, яйца, соли и воды замесить крутое тесто, раскатать его в тонкий пласт, нарезать лапшу, добавить в суп вместе с толченым чесноком и варить 15 минут.

Готовое блюдо разлить по пиалам, украсить измельченной зеленью укропа и подать к столу.

Бешбармак

1 л воды, 200 г баранины, 2 луковицы, 1/2 стакана пшеничной муки, 2 столовые ложки жира, соль и перец по вкусу.

Мясо промыть, не нарезая, поместить в кастрюлю, посолить, поперчить, залить холодной водой и варить до готовности, после чего баранину вынуть, нарезать кусочками, а бульон процедить.

Из просеянной муки, воды и соли замесить крутое тесто, раскатать его в тонкий пласт, нарезать лапшу, после чего поместить ее в кастрюлю с кипящим мясным бульоном и варить 15 минут.

Лук очистить, обжарить на жире, посолить, поперчить, добавить в суп вместе с кусочками мяса, довести блюдо до кипения и снять с огня.

Кульчетай

11/2 л воды, 150 г мяса косули, 2 луковицы, 1/2 стакана

пшеничной муки, соль и перец по вкусу.

Мясо промыть, поместить в кастрюлю и залить холодной водой. Варить до готовности, затем вынуть, остудить и нарезать небольшими кусками. Бульон процедить.

Из просеянной муки, соли и воды замесить крутое тесто, раскатать его в тонкий пласт, нарезать небольшими кусочками в форме квадратов, поместить в кипящий бульон и варить 10 минут. Затем добавить в суп очищенный и нашинкованный лук и варить еще 5 минут.

Готовый суп процедить, налить в глубокую посуду, мясо и отварные кусочки теста подать к столу отдельно.

Шорпоо

2 л воды, 200 г мяса косули, 100 г мяса птицы, 3 клубня картофеля, 2 луковицы, 4 помидора, 1 пучок зелени укропа, 30 г бараньего сала, соль и перец по вкусу.

Мясо промыть, нарезать небольшими кусками, поместить в глубокую кастрюлю, посолить, поперчить, добавить сало и обжарить до готовности.

Лук очистить и нашинковать. Помидоры ошпарить кипятком, удалить кожицу, нарезать дольками. Все перемешать, соединить с мясом и продолжать жарить 10 минут.

Обжаренные ингредиенты залить водой и варить 20 минут с добавлением очищенного и нарезанного соломкой картофеля.

Готовое блюдо разлить по пиалам, посыпать измельченной зеленью укропа и подать к столу.

Таджикская кухня

Рецепты национальной кухни Таджикистана содержат много способов приготовления блюд с использованием баранины, козлятины, бобовых культур, риса. Из специй широко применяют перец, анис, шафран, барбарис. В супы добавляют зелень укропа, кинзы, мяты, петрушки, базилика.

Угро с козлятиной

1 л воды, 100 г козлятины, 1 клубень картофеля, 2 моркови, 2 луковицы, 1 пучок зелени укропа, 1/2 стакана лапши, 1 столовая ложка топленого масла, 2 столовые ложки гороха, соль и перец по вкусу.

Мясо промыть, нарезать набольшими кусками, положить в кастрюлю, залить водой, довести до кипения.

Добавить в бульон промытый горох, очищенную и нарезанную соломкой морковь и варить 40 минут.

Добавить в угро очищенный, нарезанный кубиками картофель и варить еще 20 минут. За 5 минут до готовности поместить в кастрюлю лапшу, очищенный и обжаренный на топленом масле лук.

Готовый угро посолить, поперчить, посыпать измельченной зеленью укропа и подать к столу.

Шалгам шурбо

11/2 л воды, 100 г баранины, 1 репа, 1 клубень картофеля, 2 луковицы, 1 морковь, 2 сладких перца, 50 г барбариса, 1 чайная ложка шафрана, 1/5 чайной ложки красного перца, 1 пучок зелени петрушки, соль по вкусу.

Мясо промыть, нарезать небольшими кусками, поместить в кастрюлю, залить водой и варить 40 минут, периодически снимая пену.

Морковь, репу и сладкий перец очистить, нарезать кубиками, положить в кипящий мясной бульон, добавить соль, очищенные, но ненарезанные картофель и лук, барбарис, шафран, красный перец и варить 25 минут.

Готовое блюдо посыпать измельченной зеленью петрушки и подать к столу.

Каурма шурбо

21/2 стакана воды, 100 г куриного мяса, 3 клубня картофеля, 2 луковицы, 1 морковь, 1 помидор, 1/2 пучка зелени базилика, 2 г сухих мятных листьев, 20 г барбариса, 2 столовые ложки топленого масла, соль и перец по вкусу.

Мясо промыть, нарезать кусками, поместить в глубокую сковороду и обжарить на топленом масле до появления румяной

корочки, затем добавить измельченный репчатый лук, нашинкованную морковь, кусочки помидора, влить воду и тушить 40 минут, плотно накрыв посуду крышкой.

За 20 минут до готовности положить в сковороду очищенный, нарезанный кубиками картофель и пряности, затем блюдо посолить и поперчить.

Каурма шурбо подать к столу, украсив измельченной зеленью базилика.

Суп из тыквы по-таджикски

1 стакан молока, 2 стакана воды, 200 г кураги, 200 г тыквы, 100 г барбариса, 3 столовые ложки риса, 1 столовая ложка сливочного масла, соль по вкусу.

Тыкву очистить от кожуры и семян, нарезать кубиками и обжарить на сливочном масле. Рис перебрать, промыть, поместить в кастрюлю, залить водой, посолить и варить 15 минут. Затем в отвар влить горячее молоко, положить обжаренные кусочки тыквы, барбарис и курагу. Варить суп 25 минут.

Готовое блюдо заправить оставшимся сливочным маслом и подать к столу.

Хом шурбо

1 л воды, 100 г баранины, 3 клубня картофеля, 1 луковица, 1 морковь, 1/2 чайной ложки красного молотого перца, базилик, 50 г щавеля, 1 пучок зеленого лука, 1/2 пучка зелени укропа, соль по вкусу.

Мясо промыть, нарезать небольшими кусками, поместить в кастрюлю, посолить, залить водой и варить 40 минут, периодически снимая пену.

Картофель, лук и морковь очистить, нарезать крупными дольками, поместить в мясной бульон и варить 20 минут. За 10 минут до готовности в суп добавить соль, красный перец, базилик, целые листья щавеля.

Хом шурбо подать к столу, посыпав измельченным зеленым луком и зеленью укропа.

Суп из баранины и тыквы

1/2 л воды, 1 столовая ложка сметаны, 100 г баранины, 150 г тыквы, 1 морковь, 1 клубень картофеля, 1 луковица, 1 пучок зелени петрушки, 1/4 стакана риса, 1/2 чайной ложки смеси красного и черного молотого перца, шафран, анис, соль по вкусу.

Мясо промыть, нарезать небольшими кусками, поместить в кастрюлю, посолить, залить холодной водой и варить, периодически снимая пену, 40 минут. Картофель, морковь, тыкву, лук очистить, нарезать крупными кусками и поместить в мясной бульон. Затем добавить промытый рис, сметану, специи и варить суп 25 минут.

Готовый суп охладить, посыпать измельченной зеленью петрушки и подать к столу.

Таджикский суп с тыквой и бобами

21/2 стакана воды, 11/2 стакана катыка (кислого молока), 250 г тыквы, 1/2 стакана бобов, 2 столовые ложки хлопкового масла, базилик, соль по вкусу.

Тыкву очистить от кожуры и семян, нарезать крупными кусками и обжарить на хлопковом масле. Бобы перебрать, промыть, поместить в кастрюлю с кипящей подсоленной водой и варить 15 минут, после чего воду слить, соединить бобы с обжаренными кусками тыквы, влить горячий катык и варить 20 минут на слабом огне.

Готовое блюдо посыпать измельченным базиликом и подать к столу.

Суп с репой и фасолью по-таджикски

1/2 л воды, 100 г конины, 10 г курдючного сала, 2 клубня картофеля, 1 морковь, 2 луковицы, 1 репа, 1 пучок щавеля, 1/2 стакана фасоли, 2 столовые ложки простокваши, соль и перец по вкусу.

Мясо промыть, нарезать небольшими кусками, поместить в глубокую сковороду и обжарить на сале до румяной корочки. Лук, морковь и репу очистить, нарезать соломкой, добавить к мясу и продолжать жарить на слабом огне 5 минут.

Затем ингредиенты поместить в глубокую кастрюлю, залить холодной кипяченой водой, довести суп до кипения, после чего всыпать промытую фасоль, нарезанный кубиками картофель и варить 20 минут. За 10 минут до готовности суп посолить и поперчить.

Готовое блюдо заправить простоквашей, посыпать измельченным щавелем и подать к столу.

Нарын

1 л воды, 60 г перепелиного мяса, 60 г копченого куриного мяса, 40 г курдючного сала, 2 луковицы, 1 пучок зелени укропа, 1/2 стакана муки, 1 столовая ложка топленого масла, соль и перец по вкусу.

Перепелиное мясо промыть, поместить в кастрюлю вместе с копченым куриным мясом и курдючным салом, залить холодной водой и варить 40 минут, после чего перепелиное и куриное мясо нарезать соломкой, а бульон процедить.

Из просеянной муки, соли и воды замесить крутое тесто, раскатать его в тонкий пласт, нарезать лапшу, поместить в кастрюлю с кипящей водой, посолить и варить 15 минут, после чего откинуть на дуршлаг. Лук очистить, измельчить и обжарить на топленом масле.

При подаче к столу в пиалу выложить куски мяса, лапшу, обжаренный лук, затем влить бульон и посыпать измельченной зеленью укропа.

Угро

2 л воды, 300 г конины с костями, 3 луковицы, 2 клубня картофеля, 2 яйца, 1/2 пучка зелени кинзы, 1/2 стакана гороха, 1/2 стакана муки, 1 столовая ложка жира, базилик, тмин, шафран, 1 столовая ложка сушеной алычи, 2 столовые ложки простокваши, соль и перец по вкусу.

Конину промыть и отделить мякоть от костей.

Кости нарубить, поместить в кастрюлю, залить холодной водой и варить 1 час, периодически снимая пену, после чего бульон процедить. Мякоть нарезать небольшими кусками и пропустить через мясорубку вместе с 1 очищенной луковицей. В фарш влить 1 взбитое яйцо, перемешать, посолить, поперчить и сформовать из полученной массы фрикадельки.

Из муки, яйца и соли замесить крутое тесто, раскатать его в тонкий пласт и нарезать лапшу.

Оставшийся лук очистить, измельчить и обжарить на жире.

Вымоченный в течение 3 часов в воде горох всыпать в кипящий бульон и варить 1 час. Затем добавить в суп очищенный и нарезанный кубиками картофель, сушеную алычу, специи, лапшу, обжаренный лук, соль и перец и варить 25 минут.

За 10 минут до готовности поместить в суп фрикадельки. Готовое блюдо заправить простоквашей, посыпать измельченной зеленью кинзы и подать к столу.

Мошубиринч

1 л воды, 50 г баранины, 50 г конины, 10 г курдючного сала, 1 морковь, 2 луковицы, 1 пучок зелени укропа, 1/2 стакана бобов, шафран, 1/4 чайной ложки красного перца, 2 столовые ложки томатной пасты, соль по вкусу.

Мясо промыть, нарезать небольшими кусками, поместить в глубокую сковороду и обжарить на сале до румяной корочки. Лук и морковь очистить, нашинковать, добавить к мясу вместе с томатной пастой и жарить 10 минут, после чего ингредиенты залить холодной водой и тушить на слабом огне, плотно накрыв посуду крышкой, 1 час.

За 30 минут до готовности поместить в мошубиринч промытые бобы. Через 20 минут добавить соль и специи.

Готовое блюдо посыпать измельченной зеленью укропа и подать к столу.

Туркменская кухня

Национальная кухня Туркмении славится различными способами приготовления мясных супов, бульонов с лепешками, плова. При этом используется большое количество овощей и приправ.

Кайнатма

1 л воды, 200 г баранины, 2 луковицы, 3 клубня картофеля, 1 лавровый лист, 1 пучок зелени кинзы, 1/2 стакана чечевицы, 1 / 2 чайной ложки смеси красного молотого перца и измельченных листьев зеленого чая, 3 столовые ложки томатной пасты, соль по вкусу.

Мясо промыть, нарезать крупными кусками, поместить в кастрюлю вместе с очищенным, но ненарезанным луком, посолить, залить холодной водой и варить 30 минут, периодически снимая пену. Затем всыпать в бульон промытую чечевицу и варить 40 минут.

За 20 минут до готовности положить в суп очищенный, нарезанный кубиками картофель, смесь перца с чаем, лавровый лист и томатную пасту. Готовое блюдо посыпать измельченной зеленью кинзы и подать к столу.

Суп с бараниной и чуреком

11/2 л воды, 100 г баранины, 30 г бараньих почек, 30 г сердца, 20 г легкого, 4 луковицы, 1/2 пучка базилика, 3 столовые ложки томатной пасты, 1/2 чурека, соль и перец по вкусу.

Мясо, почки, сердце, легкое промыть, поместить в кастрюлю с кипящей водой и варить 40 минут, после чего ингредиенты вынуть и нарезать небольшими кусками, а бульон процедить.

Готовый отвар посолить, поперчить, смешать с томатной пастой, довести до кипения, после чего добавить кусочки чурека, измельченный лук, отварное мясо, почки, сердце и варить 15 минут.

При подаче к столу блюдо посыпать нашинкованным базиликом.

Суп из фасоли с лапшой и кофейными зернами

1 л воды, 100 г баранины, 100 г кофейных зерен, 2 луковицы, 1 яйцо, 1/2 пучка зелени кинзы, 1/2 стакана фасоли, 3 столовые ложки пшеничной муки, 1 столовая ложка топленого масла, соль и перец по вкусу.

Из муки, яйца, соли и небольшого количества воды замесить крутое тесто, раскатать его в тонкий пласт и нарезать лапшу.

Мясо промыть, нарезать небольшими кусками, смешать с кофейными зернами, поместить в кастрюлю вместе с промытой

фасолью, посолить, залить холодной водой и варить 1 час. За 20 минут до готовности в бульон добавить обжаренный на топленом масле измельченный лук и перец.

Готовый суп посыпать нашинкованной зеленью кинзы и подать к столу.

Туркменский мясной суп с кофейными зернами

1 л воды, 100 г баранины, 50 г молотых кофейных зерен, 1 клубень картофеля, 2 луковицы, 3 помидора, 1 морковь, 2 столовые ложки сметаны, 1 столовая ложка муки, 1 столовая ложка сливочного масла, соль и перец по вкусу.

Мясо промыть, нарезать небольшими кусками, поместить в кастрюлю, залить холодной водой, довести до кипения, посолить, добавить очищенный и нарезанный кубиками картофель, дольки помидоров, нашинкованные и обжаренные на сливочном масле морковь и лук, всыпать муку, перец, молотые кофейные зерна и варить 40 минут.

Готовое блюдо заправить сметаной и подать к столу.

Кюфта-шурпа

1 л воды, 200 г баранины, 2 клубня картофеля, 2 луковицы, 1 морковь, 1 яйцо, 1/2 стакана риса, 1/2 стакана нута, 2 столовые ложки томатной пасты, 1 столовая ложка топленого масла, соль и перец по вкусу.

Мясо промыть, мякоть отделить от костей, нарезать небольшими кусками. Кости нарубить, поместить в кастрюлю, залить водой и варить 1 час, после чего бульон процедить и охладить.

Рис перебрать, промыть, поместить в кастрюлю и варить 20 минут, после чего откинуть на дуршлаг, смешать с кусочками мяса и пропустить через мясорубку. В фарш влить взбитое яйцо, добавить соль и перец, тщательно перемешать, сформовать кюфту в форме колбасок.

Нут перебрать, поместить в готовый бульон, поставить на огонь и варить 40 минут. За 20 минут до готовности положить в суп очищенный, нарезанный соломкой картофель, нашинкованную морковь, измельченный и обжаренный на топленом масле лук, кюфту и добавить томатную пасту. Готовое блюдо поперчить, посолить и подать к столу.

Суп с мясом и машем

1 л воды, 100 г баранины, 1 морковь, 1 луковица, 1/2 стакана маша, 1/2 стакана риса, 1 столовая ложка томатной пасты, соль и перец по вкусу.

Мясо промыть, не нарезая, поместить в кастрюлю с кипящей водой и варить 40 минут, после чего добавить предварительно замоченный рис, маш, довести бульон до кипения, затем

положить в суп нашинкованные морковь и лук и продолжать варить еще 15 минут.

За 5 минут до готовности блюдо поперчить, посолить и заправить томатной пастой.

Суп по-туркменски

1 л воды, 200 г баранины, 200 г филе речной рыбы, 7 луковиц, 2 столовые ложки томатной пасты, 3 виноградных листа, 1 столовая ложка жира, соль и перец по вкусу.

Мясо промыть, нарезать небольшими кусками и обжарить на жире до румяной корочки. Лук очистить, измельчить, добавить к мясу и продолжать жарить, периодически помешивая, 10 минут.

Затем ингредиенты поместить в кастрюлю, добавить мелко нарезанную рыбу и целые виноградные листья, залить холодной кипяченой водой и варить 30 минут с добавлением томатной пасты, перца и соли.

Перед подачей к столу из супа вынуть виноградные листы.

Суп с горохом, бараниной и гранатовыми зернами

1 л воды, 300 г гранатовых зерен, 200 г баранины, 1 луковица, 1/2 стакана гороха, 1 столовая ложка растопленного бараньего жира, соль и перец по вкусу.

Мясо промыть, нарезать небольшими кусками, поместить в кастрюлю вместе с горохом, посолить, залить холодной водой и варить 40 минут. Лук очистить, измельчить, обжарить на жире и положить в суп за 20 минут до готовности, а также добавить гранатовые зерна.

Блюдо поперчить и подать к столу.

Туркменская окрошка

1 л воды, 1 стакан кефира, 100 г баранины, 1 огурец, 100 г зерен граната, 1 яйцо, 1 пучок зеленого лука, 1/2 пучка зелени укропа, 2 столовые ложки сметаны, соль по вкусу.

Мясо промыть, не нарезая, поместить в кастрюлю, залить холодной водой и варить 40 минут, после чего баранину вынуть, остудить и нарезать кусочками.

Лук и укроп измельчить, смешать с нашинкованным огурцом и сваренным вкрутую яйцом, заправить сметаной, добавить кусочки мяса и гранатовые зерна.

Все ингредиенты посолить, перемешать и залить разведенным с 1 стаканом воды кефиром.

Готовое блюдо подать к столу холодным.

Суп с лапшой, молоком и виноградом

11/2 л молока, 1 стакан воды, 300 г крупного винограда, 1/2 стакана муки, соль по вкусу.

Из муки, 3 столовых ложек воды и соли замесить густое тесто, раскатать его в тонкий пласт и нарезать лапшу. Молоко

развести оставшейся холодной кипяченой водой, поставить на огонь, довести до кипения, всыпать лапшу и виноград. Варить 15 минут при постоянном помешивании. За 5 минут до готовности суп посолить.

Туркменские пельмени

2 л мясного бульона, зелень укропа, 1/2 стакана сметаны.

Для теста: 150 г пшеничной муки, 1 яйцо, соль, вода.

Для фарша: 250 г баранины, 1 луковица, 1 яйцо, перец, соль, 50 мл воды.

Приготовить обычное тесто для пельменей.

Баранину вместе с луком дважды пропустить через мясорубку, заправить солью и перцем, добавить воду. Слепить пельмени и отварить их в подсоленной воде.

Перед подачей к столу залить бульоном, заправить сметаной и посыпать рубленой зеленью.

Монгольская кухня

Вареная несоленая баранина – основной компонент, необходимый для приготовления национальных блюд Монголии. Существует множество рецептов, пользующихся популярностью среди населения этой страны и не известных в других государствах. К таким блюдам можно отнести борцог, хальмаг, пирожки с начинкой из сырого мяса.

Монгольский суп из кислого молока

2 стакана воды, 1 л кислого молока, 4 клубня картофеля, 1 яйцо, 2 столовые ложки измельченной зелени укропа, 1 столовая ложка муки, 1 чайная ложка 3%-ной уксусной кислоты, сахар, тмин и соль по вкусу.

Картофель очистить, нарезать кубиками, поместить в кастрюлю, залить водой и варить 15 минут с добавлением тмина. Смешать в отдельной посуде кислое молоко, яичный желток и муку и влить смесь в кипящий картофельный отвар, всыпать измельченную зелень укропа, соль, сахар, добавить уксус и варить на слабом огне при постоянном помешивании 15 минут.

Суп с горохом по-монгольски

1 л воды, 100 г бараньих костей, 2 луковицы, 1/2 стакана томатного сока, 2 столовые ложки сливочного масла, 1 столовая ложка сметаны, соль и перец по вкусу.

Кости промыть, нарубить, поместить в кастрюлю, залить водой и варить 40 минут, периодически снимая пену. Готовый бульон процедить и охладить.

Лук очистить, измельчить, обжарить на сливочном масле, а затем поместить в бульон вместе с горохом и варить 30 минут, после чего ингредиенты вынуть, протереть через сито, вновь поместить в бульон, добавить томатный сок, сметану, соль, перец и варить, периодически помешивая, 15 минут.

Готовое блюдо подать к столу горячим.

Суп «Марат» с сыром

2 стакана молока, 3 стакана воды, 1 пучок зеленого лука, 2 стакана тертого сыра, 2 столовые ложки макарон, соль и перец по вкусу.

Макароны поместить в кипящую воду, посолить, варить 10 минут, после чего откинуть на дуршлаг и промыть холодной водой. Зеленый лук и зелень петрушки измельчить, смешать с тертым сыром и макаронами и положить в кипяченое молоко. Суп посолить, поперчить и варить 5 минут.

Суп овощной по-монгольски

11/2 л воды, 2 клубня картофеля, 2 луковицы, 3 помидора, 4

бутона гвоздики,1/2 стакана растительного масла, 2 столовые ложки фасоли, 2 столовые ложки муки, 3 столовые ложки тертого сыра, 1/2 чайной ложки соли.

Картофель и лук, не нарезая, поместить в кастрюлю с кипящей водой, добавить гвоздику, промытую фасоль, очищенные от кожуры помидоры и варить 20 минут. Затем всыпать муку, влить растительное масло и продолжать варить еще 5 минут.

Готовый суп посыпать тертым сыром и подать к столу.

Томатный монгольский суп

1 л воды, 1 кг помидоров, 3 яйца, 1 пучок зелени петрушки, 1/2 пучка зелени укропа, соль по вкусу.

Помидоры помыть, нарезать дольками, поместить в кастрюлю, посыпать измельченной зеленью укропа и петрушки, посолить, залить водой и варить 15 минут. Затем помидоры вынуть, протереть через сито, смешать с предварительно сваренными вкрутую, нашинкованными яйцами и подать к столу.

Суп «Монгольский» с морковью

1/2 л воды, 1/2 стакана молока, 3 моркови, 3 столовые ложки изюма, 2 столовые ложки сливочного масла, 1 столовая ложка пшеничной муки, соль по вкусу.

Морковь очистить, натереть на крупной терке, смешать с промытым изюмом, обжаренной мукой, растопленным сливочным маслом, солью и поместить в кипящую воду.

Суп варить 10 минут, затем влить молоко, довести блюдо до кипения и снять с огня.

Суп с пшеном и помидорами

5 л воды, 1 кг говяжьих костей, 1 кг картофеля, 5 луковиц, 2 моркови, 7 помидоров, 1 пучок зелени укропа, 11/2 стакана пшена, 2 стакана сметаны, 1/2 стакана растительного масла, соль по вкусу.

Кости промыть, нарубить, поместить в кастрюлю, залить холодной водой и варить 1 час, после чего бульон процедить.

Лук очистить, нашинковать, обжарить на растительном масле 10 минут. Помидоры ошпарить кипятком, очистить от кожицы, нарезать дольками, добавить к луку и тушить 20 минут, плотно накрыв сковороду крышкой.

В полученную смесь влить горячий бульон, добавить соль, нарезанный соломкой картофель, промытое пшено и варить 20 минут.

Готовое блюдо заправить сметаной, посыпать измельченной зеленью укропа и подать к столу.

Китайская кухня

Кухня Китая по праву считается самой уникальной в мире, привлекающей внимание не только удивительными способами приготовления пищи, но и оригинальным оформлением блюд, необычным сочетанием различных ингредиентов.

Особой популярностью в китайской кулинарии пользуются острые и сладкие соусы, приправы, овощи, ростки бамбука. При приготовлении первых блюд часто используются свинина и морепродукты.

Суп из свинины с редисом по-китайски

2 л воды, 300 г свинины, 400 г редиса, 1 луковица, 3 столовые ложки растительного масла, 3 чайные ложки соевого соуса, 1/4 чайной ложки имбиря, соль по вкусу.

Мясо промыть, нарезать небольшими кусками, поместить на сковороду с раскаленным растительным маслом и жарить на слабом огне 5 минут. Лук очистить, измельчить, смешать с имбирем, солью, соевым соусом, добавить к мясу и тушить 10—15 минут.

В кипящую воду положить очищенный и нарезанный дольками редис, варить 5 минут, затем добавить в бульон обжаренное мясо, довести до кипения, после чего снять кастрюлю с огня и настаивать суп 10 минут.

Китайский суп с вермишелью, фрикадельками и капустой

11/2 л воды, 300 г свинины, 1/4 вилка белокочанной капусты, 1 луковица, 1 яйцо, 1/2 стакана вермишели, 2 столовые ложки сливочного масла, 1 столовая ложка вина, 1/4 чайной ложки имбиря, соль по вкусу.

Мясо промыть, нарезать небольшими кусками, лук очистить. Ингредиенты пропустить через мясорубку, полученный фарш смешать с имбирем, взбитым яичным белком и сформовать фрикадельки.

Капусту нашинковать и обжарить на сливочном масле. Полученную массу поместить в кипящую воду вместе с фрикадельками, посолить, влить вино и варить 15 минут.

За 5 минут до готовности всыпать в суп вермишель.

Суп из свинины с тыквой и корейкой

11/2 л воды, 300 г корейки, 400 г тыквы, соль и перец по вкусу.

Корейку нарезать небольшими кусками, поместить в горячую воду, довести до кипения и слить бульон.

Затем корейку вновь поместить в кастрюлю, залить холодной водой и варить 40 минут.

За 20 минут до готовности добавить в суп соль и очищенную

от кожуры и семян, нарезанную кубиками тыкву.

Готовое блюдо поперчить и подать к столу.

Яичная похлебка со шпинатом

1 стакан воды, 400 г шпината, 2 яйца, 1 стакан лапши, 4 столовые ложки растительного масла, 1 столовая ложка жира, соль по вкусу.

Растопить в сковороде жир, влить взбитые яйца и поджарить, после чего добавить воду, лапшу, соль и варить, плотно закрыв посуду крышкой, 15 минут. Затем в похлебку положить шпинат и продолжать варить еще 10 минут.

Готовое блюдо заправить растительным маслом и подать к столу.

Китайская похлебка с фрикадельками и огурцом

1 л воды, 300 г свинины, 1 яйцо, 1 луковица, 1 огурец, 1/2 чайной ложки имбиря, соль и перец по вкусу.

Мясо промыть, нарезать небольшими кусками и пропустить через мясорубку вместе с репчатым луком. Полученный фарш смешать с яичным белком, имбирем и солью. Затем сформовать фрикадельки, поместить их в кипящую воду и варить, периодически снимая пену, 15 минут. За 5 минут до готовности добавить нарезанный кружками огурец и перец.

Похлебка с огурцом и кунжутным маслом

11/2 л воды, 300 г свинины, 1 огурец, 1 луковица, 2 столовые ложки соевого соуса, 2 столовые ложки кунжутного масла, 2 столовые ложки водки, 1/4 чайной ложки имбиря, соль по вкусу.

Мясо промыть, нарезать небольшими кусками, поместить в глубокую сковороду, добавить имбирь, кунжутное масло, соевый соус, водку, соль, очищенный и измельченный лук, залить 1 стаканом воды и варить 30 минут.

Огурец, не очищая от кожицы, нарезать кружками, натереть солью, через 10 минут поместить в кастрюлю с кипящей водой, добавить мясо, довести бульон до кипения, после чего снять с огня и подать к столу.

Похлебка из тыквы с ветчиной и кунжутным семенем

1 л воды, 300 г ветчины, 400 г тыквы, 1 луковица, 2 столовые ложки свиного жира, 50 г кунжутного семени, соль по вкусу.

Тыкву очистить, нарезать кубиками, поместить в кастрюлю с растопленным жиром, добавить ломтики ветчины и обжарить, после чего влить холодную воду и варить 30 минут.

За 10 минут до готовности положить в суп очищенный и измельченный лук, кунжутное семя и соль.

Суп с вермишелью, грибами и соевым соусом

1 л воды, 300 г свинины, 150 г сушеных грибов, 1 огурец, 2 яйца, 1/4 стакана вермишели, 1 столовая ложка соевого соуса, 1/2

чайной ложки имбиря, соль по вкусу.

Мясо промыть, нарезать небольшими кусками, поместить в кастрюлю, посолить, залить холодной водой и варить до готовности.

Грибы перебрать, промыть, замочить в кипятке на 20 минут, после чего мелко нарезать и смешать с кружочками огурца. Полученную массу добавить в мясной бульон, посолить, положить имбирь, соевый соус, вермишель и довести суп до кипения. Затем влить взбитые яйца, поварить 5 минут и снять кастрюлю с огня.

Похлебка из печени с помидорами

1 л воды, 200 г свиной печени, 3 помидора, 1 луковица, 2 столовые ложки жира, 1 столовая ложка соевого соуса, соль и перец по вкусу.

Помидоры обдать кипятком, очистить от кожицы, разрезать на 18 долек, удалить мякоть с зернами, поместить в глубокую сковороду с разогретым жиром, добавить измельченный лук, соевый соус и соль. Ингредиенты обжарить, затем залить кипятком и варить 15 минут.

Печень промыть, нарезать ломтиками, поместить в сковороду с обжаренными овощами и варить, периодически снимая пену, 5 минут.

Готовое блюдо поперчить и подать к столу.

Суп с грибами, имбирем и капустой

1 л воды, 200 г говяжьих костей, 100 г сушеных грибов, 1 луковица, 1 морковь, 1 чайная ложка имбиря, 1/2 вилка белокочанной капусты, 1 столовая ложка растительного масла, соль по вкусу.

Говяжьи кости промыть, разрубить, поместить в кастрюлю, залить водой и варить 40 минут, после чего бульон процедить.

В отдельной посуде разогреть растительное масло, положить нашинкованную капусту, предварительно замоченные и нарезанные грибы, имбирь и измельченные лук и морковь. Ингредиенты залить горячим бульоном, посолить и варить суп 20 минут.

Суп с яичными хлопьями, кунжутным семенем и имбирем

1 л воды, 250 г свинины, 400 г шпината, 2 яйца, 1/2 луковицы, 1/3 стакана кунжутного семени, 1/2 чайной ложки имбиря, 3 столовые ложки растительного масла, соль и перец по вкусу.

Мясо промыть, нарезать небольшими кусками, поместить в глубокую сковороду и жарить с очищенным и нашинкованным луком на растительном масле 5 минут, после чего поместить свинину вместе с измельченным шпинатом в кастрюлю с кипящей водой и варить 5 минут. Затем в суп влить взбитые яйца, добавить имбирь и кунжутные семена, довести блюдо до кипения,

поперчить, посолить и подать к столу.

Суп с рыбными фрикадельками и ветчиной

1 л воды, 100 г филе рыбы, 3 ломтика ветчины, 50 г свинины, 50 г корейки, 100 г шпината, 2 яйца, 2 луковицы, 1 столовая ложка вина, 1 столовая ложка жира, 1 чайная ложка соли.

Свинину и филе рыбы измельчить, посолить, влить яичные белки, вино и воду. Корейку и ветчину нарезать небольшими кусочками, добавить очищенный и нашинкованный лук, сформовать фрикадельки, обвалять в фарше из свинины и рыбы и поместить в кипящую подсоленную воду. Затем в бульон влить растопленный жир и варить 15 минут. За 5 минут до готовности всыпать в суп измельченный шпинат.

Бульон с курицей, спаржей и грибами

1 л воды, 1 тушка курицы, 50 г спаржи, 1 столовая ложка жира, 1 столовая ложка рубленых соленых грибов, 1 чайная ложка вина, 1 чайная ложка соевого соуса, соль по вкусу.

Тушку курицы обработать, промыть, поместить в глубокую сковороду и обжарить на жире вместе со спаржей, вином и соевым соусом. Затем ингредиенты залить кипятком и тушить 10 минут, после чего курицу вынуть, отделить мясо от костей, спаржу нарезать ломтиками.

Все ингредиенты поместить в кастрюлю с кипящей водой, посолить и варить 3 минуты, после чего снять с огня и подать к столу.

Бульон с клецками и соевым мясом

1 л воды, 150 г говяжьих костей, 100 г соевого мяса, 1/2 стакана муки, 2 столовые ложки измельченной зелени укропа, соль и перец по вкусу.

Кости промыть, разрубить, поместить в кастрюлю, залить водой и варить 40 минут, после чего бульон процедить. Соевое мясо положить в готовый бульон.

Из просеянной муки, воды и соли замесить крутое тесто, раскатать его в тонкий пласт, нарезать небольшими кусочками, поместить в кипящий бульон, посолить и варить 20 минут.

Готовое блюдо поперчить, посыпать измельченной зеленью укропа и подать к столу.

Острый суп из морской капусты

11/2 л воды, 1 стакан мясного бульона, 400 г морской капусты, 200 г листьев зеленого салата, 1 столовая ложка белого вина, 1 чайная ложка крахмала, 10 0 г свиного сала, 1/2 чайной ложки смеси толченых семян кориандра, красного молотого перца и имбиря, соль по вкусу.

Морскую капусту промыть, нашинковать, положить в кастрюлю и залить холодной водой. Варить 15 минут. Листья

салата обжарить на свином сале и добавить в суп.

Смесь из красного перца, семян кориандра и имбиря разбавить бульоном до густоты сметаны, добавить вино и крахмал, тщательно перемешать, посолить, прокипятить и соединить с супом.

Суп с жареными свиными почками и спаржей

2 л воды, 200 г свиных почек, 100 г спаржи, 1 столовая ложка жира, 2 яйца, 1 столовая ложка крахмала, 3 столовые ложки вина, 1 чайная ложка соевого соуса, 1 чайная ложка черного перца горошком, соль по вкусу.

Свиные почки промыть, очистить от пленок и жира, мелко нарезать, поместить в глубокую сковороду и обжарить на жире вместе с черным перцем горошком, крахмалом, спаржей и соевым соусом. Затем все ингредиенты залить 1 стаканом кипятка, добавить вино и тушить 20 минут. Готовую спаржу вынуть из супа, измельчить и положить обратно.

Все ингредиенты поместить в кастрюлю, посолить, залить оставшейся водой и яйцами, варить 5 минут, снять с огня и подать к столу.

Шанхайский суп

2 л воды, 500 г куриного мяса, 2 сладких перца, 2 столовые ложки растительного масла, 1 столовая ложка коньяка, 1/4 чайной ложки имбиря, 4 зубчика чеснока, пучок зелени петрушки, соль по вкусу.

Куриное мясо промыть, нарезать небольшими кусками, смешать с толченым чесноком, посолить.

Сладкий перец вымыть, освободить от семян, нарезать полукольцами, затем вместе с мясом обжарить на растительном масле, смешать с имбирем, залить водой, добавить коньяк и варить 10 минут.

Готовое блюдо украсить измельченной зеленью петрушки.

Суп-пюре по-пекински

2 л воды, 1 тушка утки, 3 столовые ложки растительного масла, 1 столовая ложка соевого соуса, 2 луковицы, 100 г риса, имбирь, зелень укропа, 4 зубчика чеснока, перец и соль по вкусу.

Подготовленную тушку утки разделать на порционные куски, сложить в кастрюлю, залить холодной водой, посолить, поперчить. Варить до готовности. Когда мясо сварится, процедить бульон и положить в него перебранный и промытый в холодной воде рис.

Нашинкованный лук обжарить в растительном масле, добавить имбирь, соевый соус, измельченный чеснок и положить в кипящий бульон. Варить бульон на медленном огне до полного разваривания риса.

Снять суп с огня, украсить рубленой зеленью и подать к столу.

Суп «Ляо Цзы»

1 л куриного бульона, 300 г очищенных вареных креветок, 7 утиных или куриных яиц, 1 стакан соевого соуса, 1 столовая ложка растительного масла, 1 чайная ложка молотых мускатных орехов, 1 столовая ложка белого вина, 1 столовая ложка муки, зелень петрушки.

Пропустить креветочное мясо через мясорубку, перемешать фарш с яйцами, вином, мукой и толчеными орехами. Обжарить с соевым соусом на растительном масле. Залить куриным бульоном и варить 10 минут. Затем суп охладить, взбить миксером и варить еще 5 минут.

Готовый суп украсить рубленой зеленью петрушки, разлить по тарелкам и подать к столу.

Куриный суп с креветками и консервированной морской капустой

4 стакана воды, 1 утиная тушка, 1 столовая ложка креветочного сока, 100 г очищенных вареных креветок, 500 г морской капусты, 1 морковь, 1 корень петрушки, 1 маленькая луковица, 10 стеблей спаржи, 2 столовые ложки растительного масла, 1 чайная ложка муки, зелень петрушки, 1/4 лимона, душистый перец, соль по вкусу.

Разрезать утку на куски, положить в кастрюлю и залить водой. Довести до кипения, вынуть мясо и промыть его под горячей водой. Бульон процедить, залить им утку, посолить, поперчить. Положить измельченные коренья и лук и варить утку до мягкости. Добавить лимонный сок, натертую лимонную цедру и растительное масло. Готовое мясо вынуть из бульона. Растереть муку с креветочным соком и добавить в бульон.

Отварить морскую капусту, соединить с креветками. Положить все это в готовый бульон, добавить спаржу и варить 10 минут. Затем залить этой смесью утиное мясо.

Готовое блюдо украсить измельченной зеленью петрушки.

Цзяоцзы (пельмени по-китайски)

2 л мясного бульона.

Для теста: 2 стакана муки, соль, 50 г воды.

Для фарша: 250 г свинины, 300 г зелени петрушки и укропа, 2 луковицы, 2 чайные ложки имбиря, соль, черный молотый перец.

В кипяченой воде растворить соль, влить ее в просеянную муку, замесить крутое тесто, накрыть его салфеткой и дать постоять 30 минут. Затем еще раз вымесить, раскатать тонким слоем, рюмкой вырезать кружочки.

Мясо, репчатый лук, зелень петрушки и укропа пропустить

через мясорубку, посолить, поперчить, добавить молотый имбирь. На середину каждого кружка положить фарш и защипнуть края.

В кастрюлю налить воду, довести до кипения, посолить, опустить в нее пельмени и варить 10 минут.

Готовые пельмени подавать к столу вместе с бульоном.

Пельмени «Китайские» в горячем бульоне

3 л мясного бульона, уксус, горчица, соевый кетчуп.

Для теста: 100 г пшеничной муки, 1/4 стакана воды.

Для фарша: 200 г свинины, 2 зубчика чеснока, 10 г соевой пасты, 2 – 4 пера зеленого лука, 40 г капусты, 30 г соевого соуса, 5 г кунжутного масла, имбирь, соль.

В просеянную муку влить холодную воду, замесить крутое тесто, накрыть влажным полотенцем и оставить на 20—30 минут. Затем скатать в ровный жгут диаметром 2 см. Нарезать его небольшими кусочками и раскатать их в кружки. В середину каждого положить фарш, а края слепить.

Для фарша мякоть свинины и зубчики чеснока пропустить через мясорубку с мелкой решеткой, смешать с соевым соусом, кунжутным маслом, соевой пастой. В массу добавить нашинкованную капусту, имбирь, измельченный зеленый лук и соль. Варить пельмени в мясном бульоне 10—12 минут.

Залить готовые пельмени горячим бульоном. Отдельно подать соевый кетчуп, уксус, горчицу.

Пельмени «Боб» в овощном бульоне

2 л овощного бульона, зелень петрушки.

Для теста: 1 стакан растопленного сливочного масла, 1/2 растопленного стакана сала, 11/2 стакана муки с разрыхлителем, 1 столовая ложка лимонного сока, 1/3 стакана холодной воды.

Для фарша: 1 стакан соуса пикадильо, 1/2 стакана томатного соуса, 1/2 стакана обжаренных бобов.

В муку добавить масло и сало. Влить лимонный сок и немного воды. Выложить тесто к столу, слегка присыпанный мукой.

Раскатать прямоугольники толщиной 2 – 3 см. Наметить ножом 3 поперечные полосы. Загнуть нижнюю часть и слепить. То же повторить с верхней частью. Затем слепить края со всех сторон. Эту операцию повторить 3 раза. Положить тесто в полиэтиленовый пакет и поместить в морозильную камеру на 1 час. Разогреть духовой шкаф, смазать маслом противень.

Хорошо охлажденное тесто раскатать до толщины 3 мм. Вырезать 16 кружков диаметром 5 см. На край каждого положить по 1 чайной ложке смеси соуса пикадильо, томатного соуса и обжаренных бобов. Слепить края. Варить в кипящем бульоне 5 минут.

Пельмени подать вместе с бульоном, в котором они варились, посыпав рубленой зеленью. Это блюдо можно употреблять как в холодном, так и в горячем виде.

Пельмени из фиников в овощном бульоне

2 л овощного бульона, зелень укропа, 50 г сливочного масла.

Для теста: 2 стакана муки, 5 г дрожжей, 10 г чайной соды, соль, 50 г воды.

Для фарша: 400 г фиников.

В теплой воде развести соль, дрожжи, соду. Просеянную муку насыпать горкой, сделать в центре ямку, влить туда приготовленную смесь и замесить негустое тесто. Поместить его в посуду и поставить в теплое место, чтобы оно подошло. Затем еще раз вымесить, раскатать тонкий пласт и стаканом вырезать кружочки.

Финики вымочить в кипятке, отварить, снять с них кожицу и пропустить через мясорубку. Начинку положить на кружочки, защипнуть края и варить в овощном бульоне 5 минут.

К столу пельмени подать в глубоком блюде с бульоном, в котором они варились, посыпав рубленой зеленью и заправив маслом.

Корейская кухня

Основными составляющими блюд корейской кухни являются овощи, соя, рис, рыба, мука. Большой популярностью при приготовлении супов пользуются приправы и соусы.

Суп из свинины с кокосовым молоком

1 л воды, 100 г свинины, 3 луковицы, 2 корня сельдерея, 1 миндальный орех, 1/2 стакана кокосового молока, 2 столовые ложки оливкового масла, 1 чайная ложка 3%-ного раствора уксусной кислоты, соль и перец по вкусу.

Мясо промыть, нарезать небольшими кусками, поместить в кастрюлю, залить 1 стаканом холодной воды и варить 20 минут, периодически снимая пену.

Затем влить оливковое масло и продолжать варить до тех пор, пока жидкость не испарится.

Лук и корень сельдерея натереть на крупной терке, поместить в отдельную посуду, посолить, залить оставшейся водой и варить 10 минут. В полученную смесь добавить мясо, толченый миндальный орех, соль и перец, влить кокосовое молоко, уксус и продолжать варить еще 10 минут.

Бульон с трепангами и курицей

1 л воды, 50 г мяса курицы, 10 г мяса сушеных трепангов, 1 огурец, 1 столовая ложка имбиря, 1 столовая ложка жира, 1 столовая ложка рисовой водки, 1 чайная ложка соевого соуса, квасцы и соль по вкусу.

Мясо курицы промыть, поместить в кастрюлю, залить холодной водой, поставить на огонь и варить 25 минут. За 5 минут до готовности добавить в мясо соевый соус, имбирь, квасцы, соль, влить рисовую водку и растопленный жир.

Сушеные трепанги промыть, поместить в кастрюлю, залить холодной водой, поставить на огонь, довести до кипения, настаивать 24 часа. Затем жидкость слить, трепанги промыть, вновь залить водой, вскипятить и откинуть на дуршлаг. Процедуру повторить 2 раза, после чего мясо нарезать ломтиками, обдать кипятком, выложить на тарелку вместе с кусками курицы и кружками огурца.

Готовое блюдо залить куриным бульоном и подать к столу.

Бульон с курицей и сычуаньской капустой

1 л воды, 100 г баранины, 100 г мяса курицы, 50 г маринованной сычуаньской капусты, 1 столовая ложка рисовой водки, 1 чайная ложка соевого соуса, 1 чайная ложка кунжутного масла, квасцы, соль и перец по вкусу.

Тушку курицы обработать, нарубить кусками, поместить в

кастрюлю, залить холодной водой и варить до готовности, после чего бульон процедить. Баранину промыть, нарезать крупными кусками, обдать кипятком вместе с сычуаньской капустой, поместить в глубокую тарелку, залить горячим куриным бульоном, посыпать солью и перцем, влить кунжутное масло, рисовую водку, добавить соевый соус, квасцы и подать к столу.

Сапсо

1 л воды, 100 г говядины, 1/4 вилка белокочанной капусты, 2 моркови, 1 луковица, 2 зубчика чеснока, 10 г саго, 1 чайная ложка сахара, 1 чайная ложка пшеничной муки, соль и перец по вкусу.

Мясо промыть, нарезать небольшими кусками. Лук очистить, нашинковать, добавить соль, сахар, перец, смешать с мясом и мариновать 2 часа, после чего выложить ингредиенты в глубокую сковороду, залить 1 стаканом воды и тушить 15 минут.

Затем в мясо добавить очищенную и нарезанную соломкой морковь и нашинкованную капусту. Ингредиенты залить оставшейся водой и тушить еще 15 минут, после чего добавить саго, пшеничную муку, соль, перец, толченый чеснок и довести блюдо до готовности.

Суп-пюре из трески и кокосового молока

1 л воды, 2 стакана кокосового молока, 800 г трески, 1 морковь, 2 луковицы, 1 пучок зелени петрушки, 4 столовые ложки растительного масла, 2 столовые ложки муки, соль по вкусу .

Треску очистить, отделить мясо от костей, из головы сварить бульон, а мякоть нарезать небольшими кусками и тушить с растительным маслом и измельченными луком и морковью 20 минут.

Муку просеять, развести небольшим количеством горячего бульона, влить смесь в рыбную массу и варить 20 минут. Затем бульон процедить, посолить, ингредиенты протереть через сито, заправить горячим молоком и подать к столу. Посыпать рубленой зеленью.

Корейский острый бульон

2 л воды, 200 г свиных почек, 300 г утиных желудков, 3 луковицы, 50 г сливочного масла, 1/2 чайной ложки смеси красного молотого перца, кунжутного семени, имбиря и куркумы, зелень петрушки, соль по вкусу.

Свиные почки помыть и нарезать крупными кусками. Утиные желудки промыть, очистить, измельчить, смешать с мелко нарезанным, пассерованным в сливочном масле луком и обжарить. Все ингредиенты положить в кастрюлю, залить водой, варить на медленном огне до полной готовности, посолить.

Специи разбавить 2 столовыми ложками бульона и добавить в суп.

Готовое блюдо украсить мелко нарезанной зеленью петрушки.

Суп из баранины с редисом по-корейски

2 л воды, 300 г баранины, 300 г редиса, 1 луковица, 3 столовые ложки кунжутного масла, 5 г саго, 4 чайные ложки соевого соуса, 1/4 чайной ложки имбиря, соль по вкусу.

Мясо промыть, нарезать небольшими кусками, поместить на сковороду с раскаленным кунжутным маслом и жарить на слабом огне 5 минут. Лук очистить, измельчить, смешать с имбирем, саго, солью, соевым соусом, добавить к мясу и тушить 10—15 минут.

В кипящую воду положить очищенный и нарезанный дольками редис, варить 5 минут, затем добавить в бульон обжаренное мясо, довести до кипения, после чего снять кастрюлю с огня и настаивать суп 10 минут.

Бульон из креветок

2 л воды, 300 г очищенных креветок, 1 луковица, зелень петрушки, соль, черный молотый перец.

Креветки сварить, нарезать кусками, положить в кастрюлю, залить водой, поставить на огонь и варить 10 минут.

Добавить в бульон крупно нарезанную луковицу, посолить, поперчить и варить еще 5 минут.

Украсить бульон измельченной зеленью петрушки.

Суп из гусиных сердец и яблок

2 л воды, 500 г гусиных сердец, 1 стакан корейской моркови, 1 луковица, кунжутное семя, 2 столовые ложки сметаны, 1 корень петрушки, 1 лавровый лист, красный молотый перец на кончике ножа, соль, пучок зелени петрушки.

Гусиные сердца помыть, разрезать каждое на 2 части и отварить в подсоленной воде. В бульон добавить лавровый лист, нарезанный кольцами лук, морковь, кунжутное семя, измельченный корень петрушки и перец. Варить 1,5 часа.

Готовый суп заправить сметаной и украсить измельченной зеленью петрушки.

Суп из мяса кролика и кокосового молока

1 л воды, 1 л кокосового молока, 1 тушка кролика, специи, соль по вкусу.

Тушку кролика разделать, промыть, залить водой, варить до готовности.

Готовое мясо достать из бульона, отделить от костей, мелко нарезать, положить обратно в бульон, влить молоко, посолить и тщательно перемешать. Варить еще 10 минут.

Чжорэньи тток-гук (суп с рисовыми гренками-тток в виде коконов)

1 л воды, 300 г говяжьей грудинки, 1 пучок зеленого лука, 4 зубчика чеснока, 4 яйца, 1 столовая ложка соевого соуса, 100 г риса, 2 столовые ложки муки, 2 чайные ложки кунжутного масла, 1/4 чайной ложки черного перца, соль.

Сварить клейкую рисовую кашу, смешать с мукой и яйцом. Полученное рисовое тесто скатать в длинную колбаску, смазать кунжутным маслом и нарезать крупными кусками. Вылепить из них чжорэньи тток.

Сварить говяжью грудинку и мелко нарезать, смешать с измельченным зеленым луком и толченым чесноком. Сделать приправу из соевого соуса, соли и черного перца. Все тщательно перемешать.

Обжарить белок и желток яиц по отдельности, нарезать их ромбовидными полосками. Положить их в глубокую тарелку и залить чжангук, заправленным говяжьим бульоном.

Японская кухня

Основу кухни Японии составляют овощи, рис и морепродукты. Многие блюда готовят из баранины, свинины, мяса домашней птицы. В рецептах первых блюд часто встречается мисо, которое готовят из соевых бобов. Особенно распространены в этой стране соусы, состоящие из сои и сахарной пудры.

Бульон с тешей калуги

3 стакана воды, 1 тушка курицы, 25 г теши калуги, 1 столовая ложка консервированного зеленого горошка, 1 столовая ложка водки, 1 чайная ложка кунжутного масла, 1 чайная ложка соевого соуса, 1/2 чайной ложки концентрата вейдзин, квасцы, соль по вкусу.

Тушку курицы обработать, промыть, нарезать небольшими кусками, поместить в кастрюлю, залить холодной водой и варить 40 минут, периодически снимая пену. Затем бульон процедить.

Тешу калуги нарезать кусочками, положить в глубокую тарелку вместе с курицей и консервированным зеленым горошком, обдать кипятком, поместить в кипящий куриный бульон, довести до кипения, влить в кастрюлю водку, добавить соевый соус, концентрат вейдзин, квасцы, кунжутное масло, соль и варить на слабом огне 10 минут.

Бульон «Любительский»

4 стакана воды, 1 л молока, 1 кг замороженных креветок, 2 небольшие луковицы, 1 морковь, 1 чайная ложка толченых семян кориандра, имбиря и красного молотого перца, 1 яйцо, 1 столовая ложка растительного масла, соль по вкусу, зелень петрушки.

Креветки отварить, очистить, мелко нарезать, обдать кипятком, положить в кастрюлю и залить водой. Добавить смесь толченых семян кориандра, имбиря и красного молотого перца.

Концентрированный креветочный бульон смешать с нарезанными и пассерованными в растительном масле морковью и луком. Получившуюся смесь добавить в кипящий бульон.

Яйцо взбить с молоком и добавить в кипящий суп. Посолить и варить еще 5 минут.

Готовое блюдо украсить мелко нарезанной зеленью петрушки.

Летний суп по-японски

3 стакана воды, 100 г свинины, 1 огурец, 1 яйцо, 1 столовая ложка консервированного зеленого горошка, 1 чайная ложка соевого соуса, соль по вкусу.

Мясо промыть, нарезать кусочками, поместить в кастрюлю, залить водой, варить 30 минут, после чего бульон процедить.

Огурец очистить от кожицы, нарезать кружками, смешать с консервированным зеленым горошком, поместить в кипящий отвар, посолить, добавить соевый соус и варить 10 минут, после чего бульон процедить.

Яйцо сварить вкрутую, очистить и нарубить. Подготовленные ингредиенты выложить в тарелку, залить горячим бульоном и подать к столу.

Суп «Сычуань»

2 л мясного бульона, 200 г баранины, 100 г маринованной сычуаньской капусты, 5 г концентрата вейдзин, 10 г соевого соуса, кунжутное масло, специи, соль.

Сварить мясо, нарезать кусками, слегка обжарить в кунжутном масле, добавить маринованную сычуаньскую капусту и опустить в кипящий бульон. Варить на медленном огне 20 минут. Вынуть мясо, охладить, пропустить через мясорубку, смешать с концентратом вейдзин, специями, соевым соусом и кунжутным маслом и вновь залить бульоном. Все тщательно перемешать и варить 10 минут.

Суп подать к столу горячим.

Суп-пюре по-японски

11/2 л бульона из баранины, 6 клубней картофеля, 4 луковицы, 3 пучка зеленого салата, 1 стакан соевого соуса, имбирь, гвоздика, 1 лавровый лист, зелень базилика и петрушки, черный перец горошком, соль, молотый перец.

Поставить на огонь бульон. Нарезать картофель кубиками, нарубить лук, измельчить салат. Положить все в кипящий бульон. Варить суп на медленном огне 20 минут.

Процедить суп и взбить миксером полученную массу, опустить ее обратно в бульон, довести до кипения, добавить соевый соус, специи и соль. Подать к столу, охладив. Украсить рубленой зеленью.

Бульон из акульих плавников

1/2 л воды, 150 г акульих плавников, 1 лавровый лист, 1 г майорана, 6 горошин черного перца, соль.

Налить в кастрюлю порцию воды, положить туда акульи плавники, довести до кипения, добавить лавровый лист, майоран и соль. Влить оставшуюся воду, еще раз довести до кипения, закрыть крышкой и варить на медленном огне в течение 2 часов.

Готовый бульон процедить и подать к столу горячим.

Суп с трепангами

1 кг цыпленка, 10 г сушеных трепангов, 4 стакана воды, 2 небольшие луковицы, 1 морковь, 5 г соевого соуса, 5 г концентрата вейдзин, 1 чайная ложка толченых семян кориандра, имбиря и красного молотого перца, 1 вареное яйцо, 1 столовая ложка

растительного масла, соль по вкусу.

Цыпленка разрубить на куски, обдать кипятком, положить в кастрюлю и залить водой. Довести до кипения, снять пену, посолить, варить на медленном огне 1 – 2 часа.

Трепанги нарезать ломтиками и обдать кипятком.

Смесь толченых семян кориандра, имбиря и красного молотого перца разбавить бульоном, смешать с нарезанными и пассерованными в растительном масле морковью и луком, концентратом вейдзин и соевым соусом. Получившуюся смесь добавить в кипящий бульон.

Куски цыпленка и трепангов выложить в глубокое блюдо, украсить мелко нарезанным яичным желтком и залить горячим бульоном.

Пельмени по-японски

2 л говяжьего бульона.

Для теста: 2 яичных желтка, 200 г молока, 400 г муки, соль.

Для фарша: 600 г говядины, 100 г грецких орехов, 5 г молотого красного перца, 2 луковицы, цедра одного лимона, 100 г крыжовника, 50 г говяжьего жира, соль.

Для заправки: 100 г майонского соуса.

Говядину пропустить через мясорубку и обжарить на сковороде с раскаленным растопленным жиром. Добавить перец, толченые орехи, измельченный лук, соль, тертую цедру лимона и крыжовник. Тушить все на медленном огне 10 минут.

В сотейнике подогреть молоко, растворить в нем соль, вбить туда яйца, добавить муку, замесить тесто и накрыть крышкой.

Через 10 минут раскатать тесто в пласт толщиной 1 мм, разделить на квадраты со сторонами 6 см, разложить на них по 1 чайной ложке фарша, слепить края и сварить в бульоне.

К столу пельмени подать с бульоном и майонским соусом.

Итальянская кухня

Традиционная кухня итальянцев – это, прежде всего томат, сыр, морепродукты и, конечно же, белое вино. Также не стоит забывать, что Италия является родиной практически всех видов макаронных изделий. Итальянские первые блюда очень просты в приготовлении, но непременно изысканны, декоративны и очень вкусны.

Суп «Павеза»

2 стакана мясного бульона, 1 яйцо, 2 – 3 ломтика белого хлеба, 1 столовая ложка измельченного острого сыра, 2 столовые ложки растопленного сливочного масла, 1/4 стакана мелко нарезанного зеленого лука, соль по вкусу.

Ломтики белого хлеба намазать маслом, обжарить на масле, положить в огнеупорную посуду, залить подсоленным бульоном, добавить взбитое сырое яйцо и поставить в разогретый духовой шкаф на 10 минут.

Готовое блюдо посыпать измельченным сыром и мелко нарезанным зеленым луком.

Суп «Постный»

11/4 л овощного бульона, 300 г измельченного белого хлеба, мускатный орех, соль, перец.

Измельченный хлеб перемешать, посолить, поперчить, заправить мускатным орехом и добавить в овощной бульон. Кастрюлю накрыть крышкой и поставить на слабый огонь на 7 – 8 минут.

Перед подачей к столу суп помешать, чтобы не образовались комки.

Итальянский суп из хлеба с изюмом

1 л воды, 1/3 часть буханки ржаного хлеба, 2 столовые ложки лимонного сока, сахар, 200 г изюма, 2 сырых желтка, 1 столовая ложка сметаны.

Хлеб нарезать небольшими кусками, отварить в небольшом количестве воды, добавить сахар по вкусу, сок лимона, изюм и взбитые желтки.

Готовое блюдо заправить сметаной.

Минестра

5 стаканов бульона, 2 крупных помидора, 1/2 стакана зеленого консервированного горошка, 1/2 стакана фасоли, 4 столовые ложки риса, 1 стакан нашинкованной моркови, 4 чайные ложки томатной пасты, 3 столовые ложки натертого острого сыра, 4 столовые ложки растительного масла, 1 зубчик чеснока, 1/2 стакана мелко нарезанного репчатого лука, 1/2 стакана мелко

нарезанного сельдерея, 2 лавровых листа, соль и перец по вкусу.

Измельченный чеснок, морковь, сельдерей и лук обжарить в растительном масле, положить в кастрюлю, залить кипящим бульоном, добавить томатную пасту, перец и соль и варить 10 минут.

Положить в суп фасоль, горошек, рис, лавровый лист и варить до готовности. За 5 минут до окончания варки добавить измельченные помидоры и тертый сыр.

Суп «Тортю»

1 л воды, 1 стакан красного вина типа мадера, 2 столовые ложки рома, 2 столовые ложки коньяка, 800 г говядины, 300 г куриного мяса, 400 г телятины, 10 шампиньонов, фаршированные оливки, 2 столовые ложки сливочного масла, 1 морковь, 1 корень петрушки, 1 луковица, по 1 корню сельдерея и пастернака, 2 лавровых листа, 1 чайная ложка крупно истолченного душистого перца, 6 звездочек гвоздики, 1/2 лимона, 2 столовые ложки пшеничной муки, соль по вкусу.

Сварить бульон из мяса, нашинкованных кореньев и измельченного лука, посолить, поперчить, остудить и процедить через марлю.

Пожарить на сливочном масле смесь измельченного лаврового листа, петрушки, гвоздики и душистого перца. Добавить муку. Все перемешать и положить в приготовленный бульон. Варить 10 минут.

Добавить в суп нарезанные грибы, оливки, влить вино, довести до кипения, влить коньяк и ром, положить ломтики лимона и посолить.

Готовый суп подать к столу горячим.

Страчиателла

1/2 л крепкого бульона, 3 яйца, 1/2 стакана манной крупы, 90 г измельченного сыра, соль, мускатный орех по вкусу.

Яйца взбить, смешать с сыром, манной крупой, солью и мускатным орехом, залить горячим бульоном и хорошо размешать. Варить, постоянно помешивая, 5 минут на слабом огне.

Суп по-тирольски

1/2 л мясного бульона, 100 г шпика, 1 луковица, 2 помидора, 1 столовая ложка топленого масла, 1 чайная ложка пшеничной муки, 2 зубчика чеснока, 3 ломтика белого хлеба, 1/4 стакана мелко нарезанной зелени петрушки, 1/4 чайной ложки молотого черного перца, соль.

Бульон вскипятить. Лук, чеснок, шпик, помидоры измельчить, обжарить с петрушкой, мукой и перцем в топленом масле и положить в бульон. Посолить и варить 5 минут.

Готовое блюдо украсить подрумяненными ломтиками белого хлеба.

Суп «Миланский»

1 л бульона из костей, 500 г шампиньонов, 2 столовые ложки сливочного масла, 1 луковица, 1 столовая ложка пшеничной муки, соль, перец по вкусу, 1 стакан сливок, 2 сваренных вкрутую яйца, 1 столовая ложка мелко нарезанной зелени петрушки.

Шампиньоны очистить, промыть, пропустить через мясорубку, потушить 10 минут на медленном огне в сливочном масле с натертым на крупной терке луком.

Муку развести бульоном, добавить грибы и перец с солью. Все кипятить 5 минут.

Готовый суп снять с огня, посыпать зеленью петрушки и крупно нарезанными вареными яйцами, заправить сливками.

Суп «Да Винчи»

2 л воды, 1 кг куриного фарша, 1 яйцо, 1 кг говядины, 100 г нарезанной кубиками брюквы, 1 корень петрушки, 1 луковица, 4 яичных желтка, 2 стакана сливок, 2 нарезанные кубиками моркови, 2 столовые ложки пшеничной муки, 2 столовые ложки сливочного масла, соль, перец по вкусу, зелень петрушки.

Сварить из говядины бульон, процедить, добавить отваренные отдельно и измельченные коренья и лук. Куриный фарш посолить, поперчить, смешать с сырым яйцом и сварить целым куском в бульоне. Затем вытащить, нарезать порционными кусками.

Бульон процедить, смешать с мукой, поджаренной в сливочном масле, и прокипятить.

Сливки смешать с яичными желтками и горячим бульоном, влить в суп, подогреть, не доводя до кипения.

Кусочки фарша разложить по тарелкам, залить супом и украсить рубленой зеленью петрушки.

Флорентийский суп

1 л мясного бульона, 500 г шпината, 1 луковица, 1/2 стакана молока, 1 столовая ложка крахмала, 2 столовые ложки сливочного масла, 1 яичный желток, соль, перец, истолченный мускатный орех.

Лук мелко нарезать и обжарить в 1 столовой ложке сливочного масла. Добавить мясной бульон, нарубленный шпинат, влить разведенный молоком крахмал и варить 5 минут. Затем взбить суп миксером, добавить оставшееся сливочное масло, желток, соль и перец. Готовый суп посыпать толченым мускатным орехом.

Пельмени мексиканские «Амигос»

2 л любого мясного бульона.

Для теста: 400 г пшеничной муки, 1 яйцо, соль, вода.

Для фарша: по 200 г говядины и свинины, 2 луковицы, 3 – 4 зубчика чеснока, 1 столовая ложка измельченного хрена, черный и красный молотый перец, пряности, соль.

Для заправки: острый соус.

Мясо, лук и чеснок пропустить через мясорубку. Добавить к фаршу хрен, перец и молотые сухие пряности. Посолить и еще раз пропустить через мясорубку. Тесто, приготовленное обычным способом, раскатать как можно тоньше.

Сделать небольшие пельмени и сварить в подсоленной воде с лавровым листом.

Готовые пельмени подать к столу с бульоном и острым соусом (табаско или чили).

Колдуны

2 л мясного бульона.

Для теста: 200 г воды, 1 чайная ложка соли, 2 стакана муки.

Для фарша: 600 г телятины, 1 жирная сельдь, 2 яйца, молоко, чай, 1 столовая ложка сливочного масла, 1 луковица, мускатный орех, черный молотый перец, соль, 2 столовые ложки растительного масла.

Для заправки: 50 г сливочного масла, 100 г измельченных сухарей.

Сельдь разделать, филе вымачивать в смеси молока и чая в течение 6 – 7 часов. Телятину вместе с филе сельди дважды пропустить через мясорубку. К мясу добавить отваренные вкрутую и остуженные, а затем мелко нарубленные яйца.

Нашинкованный и пассерованный на сливочном масле лук добавить к общей массе. На сковороде разогреть растительное масло, на нем обжарить подготовленный фарш, добавить соль, перец, тертый мускатный орех. Вымешать и охладить.

В воде растворить соль, добавить муку и замесить крутое тесто. Раскатанное тесто разделить на квадраты, на каждый из них положить фарш. Края залепить. Отварить пельмени в кипящей воде.

К столу готовое блюдо подать с бульоном и молотыми сухарями, заправив сливочным маслом.

Ирландская кухня

Ирландская кухня с давних пор славится своей оригинальностью. Повара этой страны охотно используют для создания первых блюд не только мясные продукты, овощи и фрукты, но и пиво, которое, казалось бы, совершенно несовместимо с понятием «суп».

Суп-пюре «Дублинский вечер»

2 л воды, 1 стакан сливок, 1 кг говядины, 20 свежих артишоков, 2 моркови, 1 луковица, 1 корень петрушки, 1 корень сельдерея, 1 столовая ложка сливочного масла, 1 столовая ложка пшеничной муки, 2 яичных желтка, 1/2 стакана мелко нарезанной зелени укропа, соль и перец по вкусу.

Сварить бульон из говядины с целыми кореньями и луком, процедить и поставить на медленный огонь. Добавить очищенные артишоки. Варить 40 минут. Затем артишоки вынуть и дважды протереть через сито.

Муку поджарить на сливочном масле, смешать с протертыми артишоками, сливками, желтками и небольшим количеством горячего бульона. Получившуюся массу добавить в бульон, перемешать и варить 10 минут, непрерывно помешивая и не доводя до кипения.

Готовый суп посолить, поперчить, посыпать нарезанной зеленью.

Суп из свежего пива

1 бутылка светлого пива, 1 бутылка темного пива, 50 г натертой цедры лимона, 1 чайная ложка измельченного имбиря, 2 столовые ложки сахара, 2 столовые ложки муки, 1 яйцо, 1/2 стакана молока, соль по вкусу.

Налить в кастрюлю оба сорта пива, положить лимонную цедру и разведенную в холодном молоке муку. Довести до кипения. Добавить сахар, соль, имбирь, взбитое яйцо и варить, постоянно помешивая, 10 минут.

Суп из пива подать к столу охлажденным.

Ирландский суп из курицы

2 л воды, 1 курица, 1 телячья нога, 1 морковь, 1 луковица, 1 лавровый лист, 3 звездочки гвоздики, 1 корень сельдерея, 1/4 чайной ложки сушеного измельченного майорана, 1 стакан овсяных хлопьев, соль и перец по вкусу.

Курицу нарезать крупными кусками, телячью ногу разрубить на несколько частей. Все хорошо промыть, положить в кастрюлю, залить водой и варить 30 минут. Добавить измельченные морковь, корень сельдерея, лук, соль, гвоздику, перец, майоран,

лавровый лист. Затем положить овсяные хлопья и варить еще 10 минут.

Мясо достать из супа, отделить от костей, мелко нарезать, положить обратно и варить 15 минут.

Готовый суп подавать горячим, можно с гренками.

Суп «Бобовый»

2 л воды, 1 л мясного бульона, 800 г свежих зеленых бобов, 1 стакан сметаны, 2 столовые ложки топленого масла, 1 столовая ложка пшеничной муки, 1/2 стакана нарезанной зелени петрушки, соль по вкусу.

Бобы промыть, опустить в кипящую воду, посолить и варить 10 минут. Затем откинуть на дуршлаг, измельчить ножом на деревянной доске, положить в кастрюлю, залить бульоном и варить еще 20 минут.

В готовый суп добавить поджаренную на топленом масле муку, нарезанную зелень петрушки, заправить сметаной и подать к столу.

Молдавская кухня

Для первых блюд молдавской кухни характерен мягкий и в то же время острый вкус. Причина этого – необычные способы приготовления мяса и овощей.

В Молдавии особой популярностью пользуются блюда из бобовых и круп. При этом чаще всего готовятся фасолевые или кукурузные супы.

Чорбэ с льезоном и пикантными фрикадельками

Для чорбэ: 1 л воды, 200 г костей, 1 морковь, 1 луковица, 1 корень петрушки, 1 столовая ложка маргарина, 1 чайная ложка измельченной зелени, 200 г хлебного кваса, соль и специи по вкусу.

Для фрикаделек: 100 г говядины, 1 луковица, 2 яйца, 1 столовая ложка молока, соль, перец по вкусу.

Для льезона: 2 яйца, 1 столовая ложка сметаны или сливок.

Яйца соединить со сметаной и, помешивая, прокипятить.

В кипящий костный бульон положить измельченные и обжаренные на маргарине коренья и лук, влить горячий квас, добавить соль, специи, льезон и варить 5 минут.

Для фрикаделек мясо и лук пропустить через мясорубку, добавить молоко, яйцо, соль, перец и все перемешать.

Из готового фарша скатать небольшие шарики, отварить на пару и опустить в кипящий чорбэ. Варить 5 минут.

При подаче к столу в тарелку налить чорбэ с фрикадельками и льезон. Блюдо посыпать мелкорубленой зеленью.

Чорбэ с грибами

250 г говядины, 1 стакан воды, 40 г муки, 200 г свежих белых грибов, 1 морковь, 1 корень петрушки, 1 луковица, 1 яйцо, 1 столовая ложка сливочного масла, 3 столовые ложки сметаны, 250 г кваса, 10 г измельченного чабреца, 10 г рубленой зелени петрушки, соль и специи по вкусу.

Говядину отварить. Грибы перебрать, промыть, замочить на 4 часа в холодной воде и отварить.

Овощи и коренья мелко нарезать и пассеровать на сливочном масле.

Из яйца, муки и воды замесить тесто и сделать домашнюю лапшу.

В готовый бульон положить измельченные отваренные грибы и домашнюю лапшу, добавить пассерованные овощи и варить 20 минут. Затем влить прокипяченный квас, посолить, всыпать специи и измельченную зелень чабреца и петрушки.

Готовое блюдо заправить сметаной.

Суп «Элия»

Для супа: 2 л воды, 200 г костей, 1 столовая ложка кукурузной крупы, 1 морковь, 1 корень петрушки, 1 луковица, 1 чайная ложка топленого сала, 1 чайная ложка рубленой зелени, соль и специи по вкусу.

Для фрикаделек: 150 г говядины, 1/2 луковицы, 1/2 яйца, 1 столовая ложка молока, перец, соль по вкусу.

Сварить бульон из костей. В кипящий костный бульон медленно ввести кукурузную крупу и пассерованные на сале овощи и коренья. Варить 20 минут. За 5 минут до готовности заправить специями и посолить.

Мясо с луком пропустить через мясорубку, посолить, поперчить, добавить яйцо, молоко и все тщательно перемешать. Из полученной массы слепить небольшие шарики и сварить их в бульоне.

Готовые фрикадельки положить в тарелку, залить супом, посыпать зеленью и подать к столу.

Молдавский суп

1 л куриного бульона, 1/2 тушки курицы, 100 г капусты, 250 г картофеля, 100 г свежих шампиньонов, 1 морковь, 1 луковица, 1 столовая ложка сливочного масла, 2 лимона, 2 яйца, 1 столовая ложка сметаны или сливок, 1 столовая ложка рубленой зелени, 200 г кваса, соль и специи по вкусу.

В куриный бульон положить измельченные картофель, капусту, а также пассерованные в сливочном масле морковь, лук и грибы. Варить 10 минут. Затем ввести горячий квас.

Добавить взбитую с яйцами сметану или сливки, соль и специи, сок лимонов, рубленую зелень и подать к столу.

Замэ-гивеч

1 л воды, 200 г судака, 2 луковицы, 2 соленых огурца, 1 чайная ложка томатной пасты, 1 столовая ложка сливочного масла, несколько маринованных слив, 1/2 лимона, 1 столовая ложка толченого корня сельдерея, 1 чайная ложка рубленой зелени, соль и специи по вкусу.

Рыбу отварить. В кипящий бульон положить пассерованные лук, томатную пасту, толченый корень сельдерея, нашинкованные соленые огурцы, маринованные сливы, соль и специи. Все перемешать и варить на слабом огне 10 минут.

При подаче в каждую тарелку положить небольшой кусок отварной рыбы и кружок лимона. Блюдо посыпать рубленой зеленью.

Тыквенный суп с кукурузными хлопьями

350 г тыквы, 1/2 л молока, 1 столовая ложка сахара, 1 столовая ложка сливочного масла, 200 г кукурузных хлопьев, соль по вкусу.

Тыкву очистить от кожуры, нарезать небольшими кубиками, положить в кастрюлю, припустить до готовности, залить кипяченым молоком, довести до кипения, добавить 1/3 часть измельченных кукурузных хлопьев, сахар, соль и сливочное масло.

Подавать охлажденным.

Суп «Вердана»

1 столовая ложка сметаны или сливок, 3 капли лимонного сока, 100 г вымоченных в воде сухофруктов (абрикосов, яблок, слив, изюма), 100 г сахара, 2 столовые ложки крахмала, корица на кончике ножа, 50 г кукурузных хлопьев.

Вымоченные в воде сухофрукты протереть через сито, обсыпать сахаром, залить сливками или сметаной, довести до кипения и добавить разведенный холодной кипяченой водой крахмал. Как можно быстрее ввести лимонный сок и корицу. Все перемешать.

Готовый суп разлить по тарелкам, украсить взбитыми сливками и кукурузными хлопьями.

Украинская кухня

Одно из самых популярных блюд украинской кухни – борщ. Его готовят не только в этой стране, но и далеко за ее пределами. Это первое блюдо приятно на вкус и не требует больших в навыков кулинарном деле.

Запорожский капустняк

2 л воды, 400 г свинины, 600 г квашеной капусты, 1 луковица, 1 морковь,

1 корень петрушки, 4 клубня картофеля, 50 г сала, 2 столовые ложки пшена,

2 столовые ложки сливочного масла, 2 лавровых листа, черный перец горошком, соль по вкусу, зелень укропа.

Мясо промыть, залить водой и варить до готовности. Квашеную капусту отжать, потушить до готовности и положить в бульон. Добавить измельченные и поджаренные на сливочном масле морковь, корень петрушки, лук.

Пшено промыть. Зелень измельчить. Сало пропустить через мясорубку. Все смешать и хорошо растереть, положить в бульон, посолить и варить 5 минут. Затем добавить нарезанный кубиками картофель, капусту, лавровый лист и перец. Варить еще 30 минут.

Подать к столу, посыпав измельченной зеленью.

Традиционный украинский борщ

2 л воды, 300 г говядины, 1 свекла, 1 кочан капусты, 4 – 5 клубня картофеля, 1 средняя по размеру морковь, 1 корень петрушки, 1 луковица, 4 зубчика чеснока, 200 г жира, 3 столовые ложки томатной пасты, 1 столовая ложка муки, 2 – 3 столовые ложки сметаны, 1 столовая ложка 3%-ного уксуса, шпик, 1 столовая ложка сахара, 1 лавровый лист, черный молотый перец, 1 болгарский перец, зелень петрушки и укропа, соль по вкусу.

Свеклу промыть, очистить, нарезать тонкой соломкой и тушить на жире 10 минут. Затем добавить уксус, соль, сахар и томатную пасту.

Морковь, лук, болгарский перец и корень петрушки измельчить и пассеровать на жире. Сварить бульон из говядины, положить в него нарезанный кубиками картофель и нашинкованную капусту. Варить 10—15 минут, соединить с пассерованными овощами, мукой и специями.

Чеснок измельчить, растереть со шпиком и мелко нарезанной зеленью и добавить в борщ. Варить еще 5 минут, снять с огня, разлить по тарелкам, заправить сметаной, украсить рубленой зеленью и подать к столу горячим.

Борщ «Гетманский»

1 л воды, 400 г говядины, 1 луковица, 3 моркови, 2 баклажана, 1 свекла, 4 клубня картофеля, 1/2 кочана капусты, 1 стакан фасоли, 2 столовые ложки растительного масла, 2 лавровых листа, 2 – 3 столовые ложки сметаны, зелень и соль по вкусу.

Мясо помыть, залить холодной водой и поставить на огонь. Лук очистить, измельчить и положить в бульон.

Когда бульон закипит, вынуть мясо, охладить и нарезать небольшими кусками. Фасоль и свеклу отварить по отдельности.

Бульон процедить, посолить, добавить лавровый лист, измельченную капусту, картофель, нарезанный дольками, и варить 30 минут. Выложить в суп пассерованные на растительном масле и протертые через сито морковь, баклажаны, свеклу и отваренную фасоль. Довести борщ до готовности на медленном огне.

К столу подавать, заправив сметаной и украсив измельченной зеленью.

Борщ «Уйго»

2 л воды, 300 г говядины, 1 кочан капусты, 4 клубня картофеля, 1 небольшая свекла, 1 морковь, 1 корень петрушки, 1 луковица, 4 зубчика чеснока, 3 столовые ложки томатной пасты, 1 столовая ложка муки, 200 г жира, 1 столовая ложка топленого свиного сала, 2 – 3 столовые ложки сметаны, 1 столовая ложка сахара, сок 1/2 лимона, зелень петрушки, лавровый лист, черный молотый перец, 1 болгарский перец, соль по вкусу.

Для пампушек: 11/2 стакана муки, 2/3 стакана молока, 1 столовая ложка сахара, 10 г дрожжей, 1 столовая ложка растительного масла, 2 зубчика чеснока, 1/2 стакана кваса, жир для жаренья.

Мясо вымыть, нарезать кусками и отварить. Готовый бульон процедить.

Свеклу очистить, промыть, нарезать соломкой, посолить, сбрызнуть лимонным соком, поджарить на жире, смешать с томатной пастой, сахаром и тушить 5 минут.

Измельченные коренья и лук пассеровать с мукой на жире. Картофель почистить, нашинковать, положить в бульон и варить до готовности. Добавить нашинкованные капусту и болгарский перец, специи, сало, толченый чеснок и овощную заправку. Варить еще 10 минут.

Для приготовления пампушек смешать муку, молоко, сахар и дрожжи. Добавить растительное масло, квас и измельченный чеснок. Все хорошо вымесить и поджарить из теста пампушки.

Готовый борщ снять с огня и дать настояться 20 минут. Подать к столу с рубленой зеленью и сметаной. Пампушки подать отдельно.

Грибной борщ

2 л воды, 50 г сушеных грибов, по 1 корню петрушки и сельдерея, 1 луковица, 2 свеклы, 1 стакан сметаны, 1 столовая ложка 3%-ного уксуса, 5 – 6 горошин черного перца, 1 – 2 лавровых листа, 1 столовая ложка сахара, зелень петрушки и укропа, соль по вкусу.

Из воды, соли, измельченных грибов, кореньев и лука сварить бульон. Добавить испеченную в духовке и нарезанную тонкой соломкой свеклу, уксус, сахар, специи, соль и варить до готовности. В готовый борщ добавить сметану.

К столу подать горячим, посыпав рубленой зеленью.

Борщ с мясными фрикадельками

2 л воды, 2 столовые ложки воды для приготовления фарша, 300 г говядины, 1 морковь, 1 луковица, 2 яйца, 1/2 кочана капусты, 1 свекла, по 1 корню петрушки и сельдерея, 2 столовые ложки томатной пасты,

2 столовые ложки размягченного сливочного масла, 2 столовые ложки растительного масла, щепотка черного молотого перца, соль по вкусу, 1 столовая ложка сахара, сметана.

Лук очистить, измельчить и обжарить на растительном масле до золотистого цвета.

Говядину промыть, нарезать небольшими кусками, пропустить несколько раз через мясорубку, смешать с луком, добавить яйца, соль, перец, сливочное масло, воду, все перемешать и сформовать небольшие фрикадельки.

В кастрюле с подсоленной водой сварить фрикадельки, вынуть их шумовкой, а на оставшемся бульоне сварить традиционный борщ.

Готовое блюдо подать к столу, заправив сметаной и положив в каждую тарелку несколько фрикаделек.

Борщ «Колхозный»

2 л воды, 1/2 стакана сметаны, 4 – 5 сухих белых грибов, 1 стакан чернослива, 1 свекла, 1/2 кочана капусты, 1 луковица, 1 морковь, 1 корень петрушки, 2 столовые ложки томатной пасты, 1 столовая ложка сливочного масла, 2 лавровых листа, 1 столовая ложка 3%-ного уксуса, 1 столовая ложка сахара, 6 – 8 горошин черного перца, зелень петрушки, соль по вкусу.

Грибы промыть, замочить в холодной воде на 5 часов, затем отварить, охладить и нарезать соломкой.

Лук, свеклу и коренья очистить, нарезать соломкой, положить в кастрюлю, добавить сахар, уксус, томатную пасту, сливочное масло, 3 столовые ложки бульона и тушить на медленном огне 30 минут.

Чернослив промыть в горячей воде, добавить к тушеным

овощам, все тщательно перемешать, залить горячим грибным бульоном и варить на маленьком огне 40 минут. За несколько минут до окончания варки в борщ добавить специи и соль.

При подаче к столу готовое блюдо посыпать рубленой зеленью петрушки и заправить сметаной.

Борщ из капусты и карасей

2 л воды, 1 кочан капусты, 1 кг карасей, 1 свекла, 1 морковь, по 1 корню петрушки и сельдерея, зелень петрушки и укропа, 2 луковицы, 10 горошин черного перца, 2 – 3 лавровых листа, 2 столовые ложки сливочного масла, 1 – 2 столовые ложки муки, соль и молотый перец по вкусу.

Очистить, промыть и измельчить морковь, 1 луковицу, корни петрушки и сельдерея. Положить в кастрюлю, залить холодной водой и варить на сильном огне 5 минут. Затем убавить огонь и варить на слабом 1 час. Готовый овощной бульон процедить.

Отварить вымытую, но неочищенную свеклу, положить вместе с крупно нарезанной капустой в кипящий отвар, приготовленный из кореньев и лука, и варить до готовности.

Вторую луковицу измельчить, обжарить в сливочном масле, добавить 1 столовую ложку муки и еще раз обжарить.

Рыбу выпотрошить, очистить от чешуи, промыть проточной водой, посолить, поперчить, обвалять в муке, обжарить с обеих сторон, положить в борщ, добавить специи и дать ему закипеть.

Готовое блюдо посыпать измельченной зеленью петрушки и укропа.

Бульон с клецками из рисовой крупы

2 л готового куриного бульона, 1 пучок зелени укропа.

Для клецек: 1/3 стакана молока, 1/2 стакана риса, 1 столовая ложка муки, 1 столовая ложка сливочного масла, 2 яйца, соль по вкусу.

Рис перебрать, промыть, залить водой, варить 10 минут, слить воду, залить рис молоком и варить до готовности. Добавить масло, соль и вбить яйца. Сформовать из рисовой массы маленькие шарики, обвалять в муке и сварить в подсоленной воде.

Готовые рисовые клецки разложить по тарелкам, залить горячим бульоном и украсить рубленой зеленью укропа.

Суп овсяный на воде

2 л воды, 1 стакан овсяной крупы, 1 столовая ложка сахара, 1 чайная ложка соли, 2 столовые ложки сливочного масла.

Налить в кастрюлю воду, дать закипеть, осторожно засыпать овсяную крупу, отварить.

Заправить суп сливочным маслом и подать к столу.

Суп молочный с перцем

11/2 л молока, 1 стакан пшенной крупы, 1 столовая ложка сахара, перец и соль по вкусу.

Свежее молоко налить в кастрюлю, засыпать хорошо промытую пшенную крупу, добавить соль и сахар.

Поперчить по вкусу перед подачей к столу.

Бульон с клецками из куриного мяса

2 л готового куриного бульона, зелень петрушки.

Для клецек: 1 стакан бульона, 100 г куриного мяса, 3 столовые ложки молока, 1 яичный белок, кусочек батона, соль по вкусу.

Мясо курицы несколько раз пропустить через мясорубку, добавить взбитый белок, батон, предварительно размоченный в воде, посолить, еще раз пропустить через мясорубку и хорошо перемешать. Влить молоко по 1 столовой ложке, постоянно взбивая мясную массу.

В кипящий бульон выложить столовой ложкой клецки и отварить до готовности.

Подать готовое блюдо, залив бульоном и посыпав измельченной зеленью петрушки.

Бульон с манными клецками

2 л готового мясного или куриного бульона.

Для клецек: 1/3 стакана бульона, 1/2 стакана манной крупы, 2 столовые ложки сливочного масла, 2 яйца, соль по вкусу.

Бульон для клецек налить в небольшую кастрюлю, добавить размягченное сливочное масло, соль и варить 3 минуты на сильном огне. Всыпать манную крупу, тщательно перемешать и варить 5 минут. Снять с огня, охладить и вбить яйца.

В кипящий бульон столовой ложкой выложить клецки и отварить до готовности.

Грибной суп с ушками

1 л овощного бульона, 100 г вареных грибов, 2 – 3 головки репчатого лука, 3 столовые ложки подсолнечного масла, 300 г пшеничной муки, уксус по вкусу, вода.

Из вареных грибов и лука приготовить фарш. В бульон всыпать 2 столовые ложки муки, прокипятить. Заправить уксусом. Из оставшейся муки и воды замесить пресное тесто, сделать ушки, начинив фаршем, обжарить их в подсолнечном масле и положить в суп.

Французская кухня

Для приготовления первых блюд кулинары Франции используют не только мясные и овощные продукты.

Они также любят готовить супы из рыбы, кальмаров, креветок. Французские повара очень часто добавляют в блюда различные спиртные напитки (коньяк, вино, ликер), которые подчеркивают вкус пищи.

Суп «Сен-Жермен» из зеленого горошка

2 л куриного бульона, 350 г свежего зеленого горошка, 20 г мелко нарезанного салата, 3 стебля лука-порея, 3 столовые ложки сливочного масла, 1/4 чайной ложки рубленого кервеля, 1 чайная ложка сахара, 2 чайные ложки соли, 1/4 чайной ложки черного перца.

Налить в кастрюлю куриный бульон, положить в него зеленый горошек, сахар, кервель, соль, рубленые лук-порей и салат, перец и варить 30 минут на слабом огне.

Затем слить бульон, овощную смесь протереть через сито, опять залить бульоном, добавить сливочное масло и все хорошо перемешать. Варить суп еще 10 минут и подать к столу горячим.

Суп «Лоррен»

11/2 л мясного бульона, 1 стакан сливок, 200 г фарша из вареного гусиного или куриного мяса, 2 сваренных вкрутую яйца, 1 столовая ложка измельченного белого хлеба, 50 г очищенного миндаля, 1/4 чайной ложки молотого мускатного ореха, цедра лимона, соль.

Куриный или гусиный фарш смешать с 1 стаканом бульона и миндалем. Получившуюся массу взбить миксером. Добавить оставшийся бульон, измельченные яйца, белый хлеб, мускатный орех, цедру лимона. Все тщательно перемешать и варить 10 минут.

Перед подачей к столу цедру вынуть, а суп заправить сливками и посолить.

Суп-пюре «Царская охота»

1 тушка фазана или 2 тушки рябчика, 2 яичных желтка, 1 стакан шампанского, 1 столовая ложка пшеничной муки, 70 г сливочного масла, 1/2 стакана сливок, перец, соль.

Для бульона: 2 л воды, 1 кг говядины, 150 г говяжьих костей, 1 морковь, по 1 корню сельдерея и петрушки, 1 луковица, соль, специи.

Сварить и процедить бульон. Тушки птиц натереть солью и перцем, затем жарить в сливочном масле до готовности. Остудить.

Вынуть из дичи кости, прокрутить мясо через мясорубку,

добавить 2 столовые ложки бульона и протереть фарш через сито. Положить приготовленную массу в бульон.

Обжарить на сливочном масле муку и перемешать с бульоном. Взбить яичные желтки со сливками, процедить, влить в кипящий бульон и добавить в суп обжаренную муку. Все перемешать и подогреть, не давая закипеть.

Перед подачей к столу влить в суп, не перемешивая, стакан шампанского комнатной температуры.

Суп «Виндзор»

11/2 л воды, 11/2 кг говядины, 1/2 стакана уксуса, 100 г спагетти или лапши, 1/2 стакана сливок, 1/2 стакана белого вина, 50 г острого сыра, 1/2 стакана риса, 1/2 столовой ложки муки, 2 яичных желтка, 1 столовая ложка сливочного масла, 1/4 чайной ложки красного перца, соль.

Сварить бульон из говядины, процедить и посолить его. Мясо достать из бульона, нарезать маленькими кубиками и охладить. В бульон добавить уксус, хорошо промытый рис и варить все 20 минут.

Отдельно в воде отварить лапшу или спагетти.

Муку смешать со сливочным маслом, добавить бульон, желтки и сливки. Все перемешать. Всыпать тертый сыр и варить еще 5 – 8 минут.

В каждую тарелку положить немного отваренной лапши или спагетти, нарезанное мясо, влить по 25 г белого вина, добавить красный перец и соль по вкусу. Все залить бульоном и подать к столу.

Суп-пюре «Сен-Юбер»

1 л воды, 1 фазан или тетерев, 500 г черной чечевицы, 3 столовые ложки растительного масла, 1 луковица, 1/4 чайной ложки нарезанной зелени чабера или укропа, 1 лавровый лист, 1 стакан сметаны, соль.

Ощипанную, обработанную и разрезанную на крупные куски дичь обжарить на растительном масле, а затем сварить. Добавить соль, чабер или укроп, лавровый лист.

Чечевицу отварить отдельно, протереть через сито и положить в бульон вместе с измельченным луком. Варить 20 минут.

Готовый суп заправить сметаной и подать к столу.

Суп-пюре с дичи с каштанами

1 л овощного бульона, 500 г обжаренного мяса птицы, 50 каштанов, соль по вкусу.

Каштаны обжаривать в разогретой духовке в течение 15 минут. Затем очистить и варить в бульоне до готовности в кастрюле с закрытой крышкой.

Мясо птицы пропустить через мясорубку и протереть через сито вместе с каштанами. Положить пюре в бульон, посолить и тщательно перемешать.

Перед подачей к столу блюдо подогреть.

Суп-пюре из дичи с чечевицей

2 л воды, 1 тушка фазана, 3 тушки серой куропатки, 500 г консервированной чечевицы, 1 луковица, 11/2 стакана сливок, зелень укропа, соль, 1 лавровый лист.

Чечевицу залить водой, посолить и варить с укропом, луком и лавровым листом. Ощипанную и промытую птицу обжарить, затем сварить. Отделить мясо от костей. Часть мяса прокрутить через мясорубку.

Кости положить в бульон, где варилось мясо, и поварить еще 30 минут. Чечевицу протереть через сито, смешать с приготовленным фаршем, затем протереть через сито еще раз.

В полученную смесь влить немного бульона и подогреть. Добавить сливки и остальной бульон, посолить и разогреть суп.

Перед подачей к столу положить в суп оставшееся мясо птицы, нарезанное кусочками.

Суп-пюре «Сантэ»

1 л куриного бульона, 100 г мелко нарезанного картофеля, 3 столовые ложки сливочного масла, 50 г рубленого зеленого салата, 1/2 стакана измельченного репчатого лука, 1 стакан мелко нарезанного шпината, 1/2 стакана сметаны, 1 чайная ложка соли, 1/4 чайной ложки черного перца.

Лук пассеровать в сливочном масле, смешать с салатом, картофелем и шпинатом. Все залить бульоном и варить 15 минут на слабом огне. Затем процедить.

Добавить в суп сметану, соль, перец и варить еще 5 минут. Подавать к столу охлажденным.

Суп-пюре «Пармантье»

4 стакана куриного бульона, 2 клубня картофеля, 4 столовые ложки сливочного масла, 1 головка репчатого лука, 1 лавровый лист, 1 сырой яичный желток, 1 стакан сметаны, 1/4 чайной ложки черного перца, 1 чайная ложка соли, 1 пучок зелени укропа.

В кипящий бульон положить обжаренные на сливочном масле картофель и измельченный лук. Добавить соль, лавровый лист, перец и варить 30 минут на слабом огне. Затем бульон процедить, убрать лавровый лист, а овощи протереть через сито.

Яичный желток и сметану взбить миксером, смешать с протертыми овощами и залить бульоном. Варить суп, непрерывно помешивая, еще 10 минут.

Готовое блюдо украсить рубленой зеленью укропа.

Грибной суп-пюре с креветками

3 стакана куриного бульона, 1 кг креветок, 300 г шампиньонов, 1 стакан белого сухого вина, 4 столовые ложки сливочного масла, 1/4 чайной ложки смеси красного молотого перца и молотого мускатного ореха, 1 стакан взбитых сливок, 1 пучок зелени петрушки, соль.

Грибы измельчить и обжарить в сливочном масле, положить в кастрюлю, залить 1 стаканом куриного бульона и взбить миксером до пюреобразного состояния. Добавить очищенные от панцирей, промытые и мелко нарезанные креветки и хорошо перемешать.

Получившуюся массу разбавить оставшимся куриным бульоном и варить 20 минут. Затем в суп влить белое вино и взбитые сливки. Добавить специи, соль и варить суп еще 10 минут.

Готовое блюдо посыпать измельченной зеленью петрушки.

Суп «Потофе»

4 л воды, 500 г говядины, 8 клубней картофеля, 100 г репы, 2 моркови, 2 стебля лука-порея, 1 корень сельдерея, 1 зубчик чеснока, 2 столовые ложки сливочного масла, зелень петрушки, 2 – 3 горошины черного перца, 2 чайные ложки соли, 2 столовые ложки сметаны.

Говядину промыть, нарезать кусками, положить в кастрюлю, залить холодной водой и варить 20 минут. В момент закипания воды снять пену, посолить, добавить целый корень сельдерея и перец.

Обжарить на сливочном масле измельченные лук-порей, чеснок и морковь. Затем положить их в бульон и варить 5 минут на слабом огне. Добавить очищенный, нарезанный соломкой картофель и варить еще 30 минут.

Готовое блюдо украсить рубленой зеленью петрушки и заправить сметаной.

Суп «Жюльен»

4 стакана мясного или куриного бульона, 100 г моркови, 100 г репы, 100 г нарезанного репчатого лука, 2 – 3 столовые ложки сливочного масла, 1 очищенная капустная кочерыжка, 50 г рубленого щавеля, 100 г лущеного гороха, 100 г фасоли в стручках, 2 столовые ложки мелкорубленой зелени кервеля, 2 столовые ложки сметаны, 1 пучок зелени петрушки, соль и перец по вкусу.

Бульон довести до кипения, посолить и поперчить.

Овощи промыть, мелко нарубить, обжарить в сливочном масле вместе с кервелем и щавелем, добавить в бульон, посолить, поперчить и варить 50 минут.

Перед подачей к столу суп заправить сметаной и посыпать измельченной зеленью петрушки.

Черепаховый суп с зеленым горошком

1 л воды, 300 г консервированного черепашьего мяса, 2 моркови, 1 корень петрушки, 2 луковицы, 1/2 чайной ложки молотого черного перца, 2 стакана свежего зеленого горошка, 2 столовые ложки сливочного масла, 2 пучка зелени укропа и петрушки, соль по вкусу.

В подсоленной воде сварить черепашье мясо, нашинкованную морковь, измельченный лук и нарезанный корень петрушки. Готовое черепашье мясо достать из бульона, охладить, нарезать небольшими кусками и положить обратно. Добавить горошек и варить 15 минут. Посолить, поперчить, посыпать рубленой зеленью, заправить маслом и подать к столу.

Суп-пюре «Аржантейский»

1 л куриного бульона, 1 луковица, 500 г консервированной спаржи, 5 столовых ложек сливочного масла, 1 стакан шампанского, 1 пучок зелени петрушки, 2 столовые ложки муки, 1/4 чайной ложки черного перца, 2 стакана сметаны, соль по вкусу.

Бульон вскипятить.

Спаржу и лук нарезать мелкими кусочками и обжарить на сливочном масле. Добавить муку, перец, сметану. Все тщательно перемешать и положить в бульон. Варить 30 минут на слабом огне.

В готовый суп влить шампанское.

Суп-пюре «Аржантейский» можно подавать к столу как горячим, так и охлажденным, посыпав рубленой зеленью.

Раковый суп

3 л воды, 500 г свежей выпотрошенной речной рыбы, 15 свежих речных раков, 2 клубня картофеля, 5 помидоров, 1 стакан сухого белого вина, 1 лимон,

2 луковицы, зелень чабера и укропа, 2 моркови, 3 зубчика чеснока, 3 столовые ложки растительного масла, 1/5 чайной ложки молотого красного перца,

3 столовые ложки риса, 2 яйца, соль.

Промытых раков и нарезанную кусками рыбу положить в кастрюлю, залить водой и варить 30 минут. Затем раков вынуть, освободить от панциря, мясо из клещей и шеек положить обратно в бульон и варить 1 час.

Лук, морковь, лимон, чеснок очистить, мелко нарезать, залить вином, посолить, поперчить и оставить на 10 минут. Затем положить в бульон и варить 15 минут.

Помидоры очистить от кожицы и нарезать кружками, а картофель очистить и нарезать соломкой. Все смешать, обжарить на растительном масле, охладить, протереть через сито и добавить в суп.

Отдельно сварить рис, смешать с яйцами. Полученную смесь добавить, непрерывно помешивая, в кипящий суп.

Готовое блюдо посыпать натертой на терке лимонной цедрой и мелко нарезанной зеленью.

Королевский суп

6 стаканов мясного бульона, 1 жареный цыпленок, 1 столовая ложка сливочного масла, 100 г белого хлеба, 6 штук очищенного миндаля, 1 пучок зелени петрушки.

Мясо цыпленка отделить от костей, положить в кипящий бульон и варить на слабом огне 15—20 минут. Затем вынуть, остудить и вместе с миндалем и хлебом пропустить через мясорубку. Добавить несколько столовых ложек бульона, масло, все перемешать, протереть через сито и положить в кастрюлю с бульоном. Варить 5 минут.

Перед подачей к столу суп украсить рубленой зеленью петрушки.

Рисовый суп-пюре с раками

2 столовые ложки сливочного масла, 40 раков, 1 луковица, 1 столовая ложка муки, 1/3 стакана риса, 2 яйца, 1 стакан сметаны, 1 пучок зелени укропа, соль, вода.

Раков промыть и отварить с солью. Из готовых раков выбрать все мясо и разделить его на две порции. Бульон процедить.

Одну часть ракового мяса положить обратно в кастрюлю и залить бульоном. Оставшееся мясо истолочь до однородной массы. Панцири раков измельчить, смешать с мукой, а затем прожарить на сковороде со сливочным маслом. Влить 1 стакан воды. Все перемешать и процедить. Полученный бульон охладить.

Лук и зелень мелко нарезать, отварить до готовности, протереть через сито и положить в бульон из раковых панцирей. Варить 1 час.

Смешать два вида бульонов и все приготовленные ингредиенты. Отдельно сварить рис и добавить его в суп. Варить 30 минут, непрерывно помешивая.

Готовый суп подавать со сметаной.

Французский луковый суп «Ля фер»

1 л воды, 2 стакана белого вина, 200 г фазаньего мяса, 3 луковицы, 1 столовая ложка сливочного масла, 50 г твердого сыра, 4 куска хлеба.

Мясо фазана промыть, мелко нарезать, положить в кастрюлю, залить водой и варить 20 минут.

Лук очистить, нарезать кольцами и положить в кастрюлю с бульоном. Добавить масло и вино. Варить 3 минуты на сильном огне.

Хлеб нарезать небольшими кусками, посыпать каждый из них

тертым сыром и поместить на 5 минут в разогретый духовой шкаф. Полученные гренки выложить в суп, варить его еще 3 минуты и подать к столу.

Суп-пюре «Мария-Луиза»

1 л говяжьего бульона, 2 тушки рябчика или куропатки, 1/2 стакана риса или перловой крупы, 2 яйца, 100 г сливочного масла, 1/2 стакана сметаны, 100 г мелко нарезанной свежей спаржи, зелень укропа, соль по вкусу.

Тушки птиц выпотрошить, вымыть, посолить и обжарить в глубокой сковороде на сливочном масле. Остудить дичь и вынуть все кости. Мясо пропустить через мясорубку, смешать с 1/2 стакана горячего бульона и протереть сквозь сито. Затем положить мясное пюре в процеженный бульон.

Рис или перловую крупу сварить отдельно, затем протереть через сито. Дать стечь остаткам воды. Положить получившееся пюре в бульон.

Яйца взбить со сметаной и, помешивая, влить в бульон. Отварить спаржу и положить в суп. Все перемешать, посолить, прокипятить, украсить рубленой зеленью и подать к столу.

Лионский суп из угря

2 л куриного бульона, 500 г свежего угря, 125 г копченого мяса, 80 г сушеного чернослива, 1/3 стакана консервированного зеленого горошка, соль, перец по вкусу, 1/2 чайной ложки сахара, 2 пучка зелени петрушки, 1 стакан мелко нарубленного укропа.

Угря почистить, нарезать кусками и обдать кипятком.

Зеленый горошек, укроп и заранее замоченный чернослив залить кипящим бульоном и варить 10 минут.

Добавить в суп подготовленные куски угря, нарезанное копченое мясо, соль, сахар, перец и варить еще 20 минут.

Готовый суп посыпать рубленой зеленью петрушки.

Лимонный суп со сметаной

2 стакана мясного или куриного бульона, 2 моркови, 1 корень петрушки, 1/2 лимона, 1 стакан сметаны, 1 луковица, 1/2 стакана риса, 1 столовая ложка сливочного масла, 1 столовая ложка измельченных сушеных грибов, 1/2 стакана мелко нарезанной зелени петрушки, соль, перец.

Сушеные грибы промыть, залить горячей водой и оставить на 1 – 2 часа. Измельченные коренья, лук и размягченные грибы положить в кастрюлю, залить бульоном, посолить и варить до готовности.

Рис хорошо промыть и сварить отдельно, затем откинуть его на сито, смешать со сливочным маслом, положить в бульон с грибами и кореньями и варить 10 минут.

Перед подачей к столу добавить в суп мелко нарезанный

лимон с цедрой и прокипятить.

Готовое блюдо заправить сметаной и украсить измельченной зеленью петрушки.

Суп «Ди Гриз»

1 л молока, 6 яиц, 1/2 чайной ложки молотой корицы, 11/2 стакана сахарной пудры или сахара, 1 чайная ложка ванильного сахара.

Белки отделить от желтков и взбить миксером в крепкую пену. Затем маленькими порциями добавить 1 стакан сахара, корицу, ванильный сахар и еще раз взбить. Выпечь на противне в духовке сухое безе.

Желтки добела растереть с 1/2 стакана сахара, добавить вскипяченное молоко и немного подогреть. Готовый суп должен иметь чисто белый цвет.

Безе разложить по тарелкам и залить молочным супом.

Суп «Шоколадный заяц»

8 стаканов молока, 1/2 столовой ложки ванильного сахара, 6 чайных ложек сахара-песка, 100 г тертого шоколада, 3 яичных желтка, 2/3 стакана пшеничной муки.

Натертый шоколад смешать с 3 чайными ложками сахара-песка, ванильным сахаром и 1 стаканом теплого молока. Добавить обжаренную на раскаленной сковороде и смешанную с 1 стаканом молока муку. Все тщательно перемешать. Яичные желтки растереть с оставшимся сахаром, влить 1 стакан молока и взбить миксером.

Оставшееся молоко вскипятить, смешать с желтками в молоке, шоколадным молоком и мукой в молоке. Все взбить миксером, поставить на огонь и подогреть, не доводя до кипения.

Готовый суп подать к столу с бисквитом или печеньем.

Суп «Миндаль»

1/2 стакана сливок, 3 стакана воды, 1/4 стакана измельченного горького миндаля, 2 стакана измельченного сладкого миндаля, 1 стакан изюма без косточек, 1 стакан сахара, 3 яичных желтка, 1/2 стакана риса, 1/4 чайной ложки молотой корицы.

Очищенный, промытый, измельченный сладкий и горький миндаль положить в кастрюлю, залить 3 стаканами воды, оставить на 10 минут, затем отжать через ситечко или сложенную вдвое марлю и переложить в отдельную посуду. Залить сливками и отжать. В результате получится своеобразное миндальное молоко.

Миндальное молоко смешать с сахаром, желтками, взбить, добавить изюм и корицу и залить им отдельно отваренный рис.

Готовый суп подать к столу охлажденным.

Суп «Сабайон»

3 стакана белого столового вина, 1 стакан воды, 10 яичных желтков, 2 стакана сахара, 1/4 чайной ложки молотой корицы, 1/2 лимона.

Желтки растереть с сахаром добела. Влить вино и воду. Добавить выжатый из лимона сок, измельченную цедру и корицу. Все перемешать и варить, взбивая миксером, на слабом огне до тех пор, пока суп не загустеет и не превратится в пышную пену.

Готовый суп подавать к столу вместе с безе или бисквитом.

Суп «Шоколадное облако»

2 стакана молока, 3 стакана сливок, 1 стакан сахара, 6 яичных желтков, 200 г тертого шоколада.

Тертый шоколад смешать с теплым молоком, довести до кипения, остудить и процедить.

Яичные желтки добела растереть с сахаром, добавить теплые сливки, хорошо перемешать, соединить с шоколадным молоком, вскипятить, повторно процедить и остудить.

Готовый суп подавать холодным вместе с мороженым или бисквитом.

Суп «Клубничный» со сливками

1 стакан сливок, 1 стакан воды, 2 яичных желтка, 4 стакана свежей клубники без чашелистиков, 1/2 стакана сахара, 1 столовая ложка крахмала, 1/2 чайной ложки молотой корицы.

Ягоды клубники протереть через сито, посыпать 2 столовыми ложками сахара и крахмалом и влить сливки.

Желтки яиц добела растереть с оставшимся сахаром, добавить в клубничное пюре и залить 1 стаканом горячей воды. Хорошо перемешать, поставить на слабый огонь и, постоянно помешивая, довести до кипения.

Готовый суп подать к столу с бисквитом или мороженым.

Суп «Винный»

1 стакан сметаны, 1 л воды, 2 стакана сахара, 1 стакан белого или красного столового вина, 1 чайная ложка молотой корицы, 3 стакана спелых слив без косточек, 1 чайная ложка молотой гвоздики.

Сливы вымыть, положить в кастрюлю, залить 1/2 л воды и варить на слабом огне до тех пор, пока они не размягчатся. Затем протереть их через сито, смешать с сахаром, корицей, гвоздикой, добавить оставшуюся воду и варить 5 минут.

В готовый суп влить, не перемешивая, вино и сметану.

Пельмени «Грация» в холодном овощном бульоне

3 л овощного охлажденного бульона, сыр пармезан, зелень укропа, 2 столовые ложки оливкового масла.

Для теста: 1 стакан пшеничной муки, 1 чайная ложка соли, 6 листиков шалфея, 2 яйца, 1 яичный желток, 1 столовая ложка

оливкового масла.

Для фарша: 200 г кабачков (тыквы, репы), 1 зубчик чеснока, 80 г творога, 50 г сыра пармезан, мускатный орех, соль, перец.

В глубокой посуде смешать муку, соль и нарубленный шалфей. Влить яйца, положить желток, 1 столовую ложку оливкового масла и замесить крутое тесто. Тесто выложить на разделочную доску, посыпанную мукой, накрыть полотенцем и дать постоять 30 минут.

Очищенные и нарезанные кубиками кабачки сварить на пару до мягкости, размять вилкой, переложить получившееся пюре в кастрюлю и варить на медленном огне около 15 минут. Затем остудить.

Растереть кабачки с чесноком, сыром пармезан, творогом и мускатным орехом. Добавить соль и перец.

Тесто разделить на 4 равные части, раскатать их как можно тоньше. Нарезать квадраты со сторонами 5 – 6 см. В середину каждого положить по 1 чайной ложке начинки, слепить края.

В кастрюлю с кипящей водой добавить 1 столовую ложку оливкового масла и варить пельмени 5 минут.

Перед подачей к столу полить оливковым маслом, залить бульоном, посыпать тертым сыром и рубленой зеленью укропа.

Русская кухня

Русская кухня отличается не только оригинальностью используемых продуктов, но и заимствованиями из восточной и европейской кухни. К сожалению, в настоящее время практически невозможно сказать, какие именно блюда являются исконно русскими.

Щи из кореньев и капустной рассады

2 л воды, 1 стакан сметаны, 800 г капустной рассады, 1/2 кг свинины, 2 луковицы, 1 морковь, 2 столовые ложки сливочного масла, 1 корень петрушки или сельдерея, 1 лавровый лист, соль, перец и зелень петрушки.

Свинину промыть, нарезать кусками, залить водой и варить 30 минут. Мясо вынуть и измельчить. Готовый бульон процедить и еще раз вскипятить. Мясо положить в бульон.

Лук, морковь, корень петрушки помыть, очистить, нарезать, поджарить в сливочном масле и опустить в бульон.

Капустную рассаду промыть, очистить от корешков, разрезать на 4 части, обдать кипятком, откинуть на дуршлаг и облить холодной водой. Затем положить в кастрюлю с бульоном и овощами, добавить соль, перец и лавровый лист. Варить 30 минут.

Готовое блюдо заправить сметаной и посыпать рубленой зеленью петрушки.

Почечная калья

11/2 л воды, 300 г свиных почек, 3 корня петрушки, 1 корень сельдерея, 1 корень пастернака, 1 луковица, 5 клубней картофеля, 1 столовая ложка муки, 4 соленых огурца, 3 столовые ложки топленого масла, 4 столовые ложки сметаны, 1/2 стакана огуречного рассола, зелень петрушки.

Почки промыть, очистить от жира, вымачивать в холодной воде 6 часов, обдать несколько раз кипятком, нарезать кусками, положить в кастрюлю и залить водой. Варить до готовности.

Затем почки достать, охладить, смешать с мелко нарезанными и обжаренными на топленом масле кореньями и луком.

Бульон процедить. Добавить огуречный рассол, нарезанный соломкой картофель, измельченные огурцы, муку, разведенную водой, обжаренные коренья и лук, почки.

Все варить, помешивая, 20 минут.

Готовую калью заправить сметаной и украсить рубленой зеленью.

Отварная солонина

3 л воды, 500 г солонины.

Солонину вымачивать в воде 5 – 6 часов, затем нарезать кусками, положить в кастрюлю, залить водой и варить на слабом огне 3 часа.

Готовую солонину нарезать маленькими ломтиками, выложить на блюдо и залить бульоном.

Отварные мозги

1 л воды, 100 г мозгов, 2 столовые ложки зеленого консервированного горошка, 1 столовая ложка муки, 1 столовая ложка растительного масла, лавровый лист, соль, молотый перец и перец горошком, 1 пучок зелени петрушки.

Мозги вымочить в воде, очистить от пленок, уложить в один слой в кастрюлю, залить холодной водой, добавить лавровый лист, соль и перец горошком. Варить 25—30 минут на слабом огне. Затем охладить, достав из кастрюли.

Охлажденные мозги разрезать на несколько кусков, поперчить, посолить, обвалять в муке, обжарить на растительном масле, положить в бульон. Добавить зеленый горошек. Все хорошо перемешать и варить еще 5 минут.

Готовые мозги подать в глубоком блюде, украсив рубленой зеленью петрушки.

Рыбный монастырский суп

2 л рыбного бульона, 400 г рыбного филе, 2 клубня картофеля, 2 луковицы,

1 сваренное вкрутую яйцо, жир для жаренья, 1 стакан сметаны или майонеза,

2 столовые ложки муки, соль, перец, зелень петрушки.

Рыбу нарезать кусками среднего размера, обвалять в муке, смешанной с солью, и обжарить с обеих сторон. Картофель нарезать кружочками, обвалять в муке, обжарить, посолить, выложить на противень или сковороду, сверху положить слой рыбы, на рыбу – кольца лука, картофель, нарезанные кружочками яйца. Все посолить, поперчить, залить сметаной или майонезом и запечь в духовке.

Готовое блюдо разрезать на порционные куски, залить бульоном и посыпать рубленой зеленью.

Щука с клецками

2 л рыбного бульона, 1 небольшая щука с икрой, 30 г батона, 1 луковица, 1 яйцо, 1 столовая ложка сливочного масла, 1 – 2 чайные ложки пряной зелени, соль и перец по вкусу.

Щуку очистить, выпотрошить, промыть, отрезать хвост, плавники и жабры, нарезать кусками и сварить до готовности. Перцем приправить рыбу незадолго до окончания варки.

Одну половину батона натереть на терке, вторую подержать в

кипяченой воде, отжать, пропустить через мясорубку вместе с печенью щуки, молоками, икрой, луком. Все это перемешать, посолить, добавить взбитое яйцо, масло и еще раз перемешать. Затем сделать клецки и сварить их в рыбном бульоне.

В каждую тарелку положить клецки, кусок щуки, влить бульон и добавить масло. Суп украсить рубленой зеленью. Блюдо подать горячим.

Суп с батоном и масло

1 л воды, 100 г батона, 1 столовая ложка сливочного масла, 1 чайная ложка сахара, соль по вкусу.

Батон нарезать небольшими кусками, залить кипятком, посыпать сахаром, посолить и добавить масло. Дать постоять 10 минут и подать к столу.

Суп из маринованной вишни с сахаром

11/2 л воды, 750 г маринованной вишни, 2 столовые ложки сахара, 1 столовая ложка картофельного или кукурузного крахмала, цедра 1 лимона, 1 палочка корицы, 5 – 6 звездочек гвоздики, соль.

Вишню сварить. Отвар процедить, добавить специи, сахар, нарезанную цедру лимона и разведенный в холодной воде крахмал. Довести суп до кипения, снять с огня и подать к столу.

Суп из сушеного шиповника

1 л воды, 1 столовая ложка изюма без косточек, 2 столовые ложки сушеного шиповника, 2 чайные ложки сахара, 1 яйцо, цедра 1/4 лимона, немного корицы.

Ягоды шиповника промыть, положить в кастрюлю, залить водой и отварить. Ввести сахар, взбить миксером содержимое и довести до кипения. Добавить изюм и измельченную цедру лимона. Варить все 10 минут на слабом огне.

Готовый суп приправить корицей и украсить тертым желтком сваренного вкрутую яйца.

Суп из хлеба и яблок

1 л воды, 1/4 лимона, 30 г пшеничного хлеба, 30 г ржаного хлеба, 1 столовая ложка изюма без косточек, 1 чайная ложка сливочного масла, 1 яблоко, 1 чайная ложка сахара, 1 палочка корицы.

Хлеб нарезать кубиками и подсушить в духовом шкафу. Изюм перебрать, промыть, подсушить. Корицу измельчить. Яблоко помыть, удалить семенную коробочку и разрезать на 2 части.

С лимона снять цедру, высушить ее и мелко нарезать. Все компоненты положить в кастрюлю и варить 5 минут.

Готовую массу снять с огня, охладить, протереть через сито, залить кипятком, смешать с сахаром и варить еще 5 минут на слабом огне. Готовый суп приправить сливочным маслом.

Черничный суп

1 л воды, 3 столовые ложки свежих ягод черники, 1 чайная ложка сливочного масла, 1 чайная ложка лимонного сока, 1 столовая ложка тертой цедры лимона, 1 кусок ржаного хлеба, 1 столовая ложка изюма без косточек, 1 чайная ложка сахара, 1 палочка корицы.

Ягоды черники и изюм перебрать, промыть и подсушить. Корицу размельчить и смешать с цедрой лимона. Все компоненты сложить в кастрюлю, залить водой и варить 5 минут на слабом огне.

Готовую фруктовую массу охладить, взбить миксером и варить еще 5 минут. Добавить сахар, лимонный сок и все перемешать.

Хлеб подсушить в духовом шкафу, измельчить, положить в тарелки, залить горячим черничным супом и заправить сливочным маслом.

Суп из блинов

11/2 стакана молока, 3 – 4 блина, 50 г сливочного масла, сахар и соль по вкусу.

Блины нарезать небольшими полосками. Молоко вскипятить и залить им блины. Положить в суп сливочное масло, сахар и соль.

Зеленый яичный суп

11/2 л молока, 6 яиц, зелень петрушки, соль по вкусу.

Прокипятить молоко. Взбить яйца, добавить соль и, осторожно помешивая, перелить их в молоко.

Готовое блюдо украсить рубленой зеленью петрушки.

Пельмени черничные в горячем бульоне

Для бульона: 2 л воды, 400 г сухофруктов, лавровый лист, соль.

Для теста: 3 стакана гречневой муки, 3 яичных желтка, 1 чайная ложка соли, 1/2 стакана воды.

Для фарша: 3 стакана черники (или другой ягоды), 1/2 стакана сахара.

Замесить тесто из муки, яичных желтков, добавив воду и соль. Раскатать тесто тонким слоем и рюмкой вырезать кружочки.

Чернику или другие ягоды растереть с сахаром. Слепить пельмени с этим фаршем и отварить их в подсоленной воде.

Готовые пельмени переложить в глубокое блюдо, залить бульоном из сухофруктов, украсить целыми ягодами и заправить сметаной.

Соевые пельмени в грибном бульоне

Для бульона: 2 л воды, 400 г шампиньонов, 1 лавровый лист, соль.

Для теста: 1 яйцо, 150 г воды, 4 столовые ложки растительного масла, 2 стакана муки, соль.

Для фарша: 100 г сушеных соевых бобов, 3 столовые ложки растительного масла, 1 зубчик чеснока, 2 луковицы, 1 чайная ложка молотого мускатного ореха, соль.

Соевые бобы промыть, залить холодной водой и оставить на 12 часов. Затем в той же воде отварить их до мягкости, остудить и измельчить с помощью кухонного комбайна.

К бобам добавить мелко нарезанные и поджаренные на растительном масле лук и чеснок, соль, мускатный орех и все тщательно перемешать.

В глубокую посуду насыпать муку, залить ее крутым кипятком и быстро перемешать. Добавить яйцо, растительное масло, соль.

Замесить тесто, раскатать его в пласт толщиной 2 мм, вырезать стаканом кружочки диаметром 5 см, положить на середину каждого немного соевой начинки и защипнуть края. Отварить пельмени в бульоне, сваренном из шампиньонов.

К столу пельмени подать, залив грибным бульоном.

Пельмени с крапивой в овощном бульоне

3 л любого овощного бульона.

Для теста: 2 яйца, 150 г молока или воды, 400 г пшеничной муки, 20 г сливочного масла, соль.

Для фарша: 300 г листьев молодой крапивы, 50 г репчатого лука, 50 г сливочного масла, соль.

Яйца растереть с размягченным маслом и солью, добавить молоко или холодную воду. Влить всю смесь в просеянную муку и замесить крутое тесто. Дать ему постоять 20 минут.

Мелко нарубленные листья крапивы и репчатый лук поджарить на сливочном масле, посолить.

Сделать заготовки для пельменей, раскатав пласт теста толщиной 3 мм. Сформовать пельмени и отварить их в подсоленной воде. К столу подать с охлажденным овощным бульоном.

Пельмени «Для Нептуна» в рыбном бульоне

Для бульона: 2 л воды, 500 г рыбных костей и голов, лавровый лист, соль, листья салата.

Для теста: 3 стакана пшеничной муки, 100 г холодной воды, 80 г горячей воды, 50 г растительного масла, соль.

Для фарша: 500 г креветок, 150 г молодых побегов бамбука, 80 г воды, 50 г соевого соуса, 50 г рисового вина, 20 г сахара, 30 г кунжутного масла, черный молотый перец, 50 г кукурузной муки, 60 г крахмала.

Муку просеять на разделочную доску, сделать в центре ямку,

в которую влить, помешивая, соленую воду (сначала холодную, а затем горячую), добавить растительное масло, перемешать и хорошо вымесить.

Раскатать тесто в длинную колбасу и нарезать небольшими равными кусочками. Каждый раскатать в кружок при помощи скалки. Края кружков сделать тоньше середины.

Смешать до образования однородной массы все составляющие фарша, кроме кукурузной муки. Всыпать, непрерывно помешивая, кукурузную муку. На каждый кружок выложить по 1 чайной ложке приготовленного фарша и слепить края.

Положить на дно казана листья салата, разложить на них пельмени таким образом, чтобы между ними было расстояние 2,5 см и залить бульоном из рыбных голов и костей. Готовить на сильном огне 5 минут и сразу подать к столу.

Пельмени «Охотничьи» с мясным бульоном

3 л мясного белого бульона, 1 луковица, зелень петрушки, специи.

Для теста: 400 г муки, 2 яичных желтка, 200 г воды, 1 говяжий бульонный кубик.

Для фарша: 500 г мяса лося, 3 луковицы, 2 зубчика чеснока, 1 пучок укропа, черный молотый перец.

Заранее вымоченное в воде в течение 16 часов мясо лося пропустить через мясорубку, положить в кастрюлю, добавить нашинкованный лук, измельченный укроп, толченый чеснок, перец и все тщательно перемешать.

Взбить яичные желтки, влить растворенный в воде говяжий кубик и насыпать муку.

Замесить крутое тесто, затем раскатать его, рюмкой вырезать круги, разложить на них фарш, слепить пельмени и варить 5 минут.

Готовые пельмени выложить в глубокое блюдо, украсить кольцами лука, вымоченного в маринаде из воды и уксуса, рубленой зеленью петрушки и залить горячим бульоном.

Пельмени «Топтыгин» в мясном бульоне

3 л мясного бульона, зелень укропа.

Для теста: 400 г муки, 200 г воды, соль, 2 сырых яйца.

Для фарша: 600 г медвежатины, 4 луковицы, черный молотый перец, соль, 1 пучок базилика, 2 зубчика чеснока, 200 г свежих грибов.

Прокрутить через мясорубку вымоченное медвежье мясо, добавить нашинкованный лук, измельченную зелень базилика, рубленый чеснок, мелко нарезанные и обжаренные грибы, соль и перец.

В подогретой воде растворить соль, добавить взбитые яйца и всыпать просеянную муку. Замесить тесто, раскатать тонким слоем, нарезать небольшими кружками, на которые положить по 1 чайной ложке фарша, защипнуть края и отварить пельмени в подсоленной воде.

Готовые пельмени переложить в глубокое блюдо, залить бульоном и украсить мелко нарезанной зеленью.

Пельмени с крольчатиной в курином бульоне

3 л куриного бульона, зелень петрушки.

Для теста: 350 г муки, 150 г кефира, 2 яйца, соль.

Для фарша: 500 г филе кролика мяса, 2 луковицы, 2 зубчика чеснока, соль, черный молотый перец, 2 столовые ложки рубленой зелени укропа.

В кефире развести яйца, соль. Добавить просеянную муку, замесить крутое тесто, накрыть салфеткой и дать постоять.

Мясо кролика вместе с репчатым луком и чесноком пропустить через мясорубку, посолить и поперчить, добавить рубленую зелень укропа. Все перемешать.

Раскатать тонкий пласт теста, при помощи рюмки вырезать кружочки, на середину каждого выложить фарш и плотно защипнуть края. Пельмени опустить в кипящую соленую воду и варить 10 минут.

Готовые пельмени подать вместе с горячим бульоном, посыпав рубленой зеленью петрушки.

Пельмени «Для гурмана» в горячем бульоне

Для бульона: 400 г различных ягод (малина, красная смородина, вишня), сахар, 1 столовая ложка тертой цедры апельсина, 40 г изюма.

Для теста: 350 г муки, 100 г воды, 2 яйца, соль.

Для фарша: 3 столовые ложки сливочного масла, 4 столовые ложки муки, 3 столовые ложки тертой цедры апельсина, 2 столовые ложки толченых грецких орехов, 30 г изюма, 1 кг отварных говяжьих языков.

Сварить бульон из перечисленных ингредиентов.

Из муки, яиц, соли и воды замесить крутое тесто.

Для приготовления фарша сливочное масло растопить в казане, добавить муку и все тщательно перемешать. Отварные языки пропустить через мясорубку. В фарш добавить изюм, апельсиновую цедру, предварительно ошпаренную, и грецкие орехи. Все перемешать. Раскатать из теста тонкие кружочки, выложить на них небольшими порциями фарш и слепить края. Отварить пельмени в подсоленной воде.

Готовые пельмени подать к столу в глубоком блюде вместе с горячим ягодным бульоном.

Пельмени по-камчатски в мясном бульоне

2 л мясного бульона, 30 г свежих ягод (калина, клюква), зелень петрушки.

Для теста: 400 г муки, 1 яйцо, соль, 150 г воды.

Для фарша: 400 г оленины, 200 г куриной ветчины, 200 г говяжьего жира, 1 луковица, 1 столовая ложка сливочного масла, соль, перец.

Для приготовления фарша мелко нарубить луковицу, сырую ветчину и сырую оленину без жил. Добавить измельченный говяжий жир, посолить, поперчить и тщательно перемешать.

В воде развести яйцо, соль, добавить в муку и замесить крутое тесто. Раскатать тонкие кружочки, на середину каждого положить фарш и залепить края. Опустить пельмени в кипящую подсоленную воду и варить 20—25 минут.

Готовые пельмени украсить рубленой зеленью и ягодами, к столу подать в глубоком блюде вместе с горячим мясным бульоном.

Белорусская кухня

Суп с яблоками «Тетерев»

2 л воды, 100 г сердец тетерева, 300 г гусиных печенок, 5 клубней картофеля, 1 стакан консервированного горошка, 3 яблока, 1 луковица, 3 столовые ложки сметаны, 1 корень петрушки, 1 лавровый лист, красный молотый перец, соль, пучок зелени петрушки.

Сердца тетерева и гусиные печенки помыть, мелко нарезать и отварить в подсоленной воде. В бульон добавить лавровый лист, нарезанную кубиками луковицу, измельченный корень петрушки и перец. Варить 1,5 часа.

Добавить в суп консервированный горошек, предварительно очищенные от кожицы и семян, мелко нарубленные яблоки и нарезанный соломкой картофель. Варить еще 20 минут. Украсить готовый суп измельченной зеленью петрушки. Заправить сметаной.

Суп-пюре «Печеночный»

11/2 л овощного бульона, 300 г печени, 2 моркови, 2 луковицы, 6 столовых ложек муки, 2 столовые ложки сливочного масла, 11/2 стакана сливок, 1 яйцо, рубленая зелень петрушки, соль.

Печень нарезать небольшими кусками, обжарить в сливочном масле, добавить измельченные морковь и лук, слегка обжарить, влить немного бульона и тушить до готовности, затем протереть через сито.

Соединить обжаренную на масле муку, сливки и яйцо, перемешать с печеночным пюре, посолить, добавить бульон и варить 5 минут. Готовое блюдо украсить зеленью.

Суп «Кулинар»

2 л воды, 600 г свиной печени, 4 огурца, 2 луковицы, 3 столовые ложки подсолнечного масла, перец, соль, пучок зелени укропа.

Печень помыть, нарезать соломкой, отварить в подсоленной воде, а затем обжарить на подсолнечном масле.

Огурец и лук очистить, разрезать на 6 частей и потомить 15 минут в 1/2 стакана бульона на медленном огне. Взбить эту массу миксером, добавить соль, перец и обжаренные куски печени, перемешать, опустить в бульон и варить еще 5 минут.

Готовый суп посыпать мелко нарезанной зеленью.

Суп «Бычок»

1 л воды, 300 г говяжьего сердца, 100 г говяжьего легкого, 5 клубней картофеля, 300 г белых грибов, 200 г ягод клюквы, 1 яблоко, 1 груша, 1 лавровый лист, 1 корень петрушки, 1 луковица,

100 г сливочного масла, перец, зелень укропа, соль по вкусу.

Говяжье легкое и сердце помыть, нарезать небольшими кусками и отварить в подсоленной воде. В бульон добавить целые яблоко и грушу, лавровый лист и перец. Варить 1 час.

Очищенные грибы обдать кипятком, откинуть на сито, нарезать ломтиками и выложить в бульон из легкого и сердца.

Затем добавить в него измельченный корень петрушки и нарезанный кубиками картофель.

Лук измельчить, обжарить на сливочном масле и добавить в суп за 5 минут до готовности. Вареные грушу и яблоко вынуть из супа и подать отдельно. Украсить блюдо измельченной зеленью укропа и свежими ягодами клюквы.

Суп «Несушка»

2 л воды, 300 г куриных желудков, 1 столовая ложка маковых зерен, 4 столовые ложки пшена, 1 стакан хлебного кваса, 5 клубней картофеля, 1 луковица, 1 морковь, 1 корень петрушки, 1 пучок любой зелени, 2 столовые ложки растительного масла, соль.

В подсоленной воде отварить до готовности куриные желудки. Выложить их на отдельное блюдо, бульон процедить, дать ему отстояться, охладить и вновь довести до кипения.

Пшено залить кипятком за 15 минут до начала варки, промыть и выложить в кипящий бульон. На растительном масле пассеровать измельченные корень петрушки, морковь и репчатый лук, положить их в кастрюлю с бульоном. За 30 минут до конца варки в суп добавить кубики картофеля, нарезанные мелкими кусками куриные желудки, маковые зерна, соль и квас.

Перед подачей к столу посыпать суп рубленой зеленью.

Красный бульон из баранины

21/2 л воды, 200 г бараньих костей, 1 стакан томатного сока, 4 луковицы, 2 корня петрушки, 4 моркови, 1 лавровый лист, 1 г майорана, соль, черный перец горошком.

Налить в кастрюлю половину порции воды, положить туда кости, довести до кипения и снять пену. Кости удалить.

Добавить в бульон морковь, лук, томатный сок, черный перец горошком, лавровый лист, корни петрушки, майоран и соль. Влить оставшуюся воду и повторно довести до кипения. Накрыть кастрюлю крышкой и варить бульон 2 часа на медленном огне.

Готовый бульон процедить и повторно прокипятить.

Бульон с картофельной лапшой

21/2 л воды, 300 г свинины, 2 луковицы, 8 клубней картофеля, 1 стакан муки, 30 г сливочного масла, соль и перец по вкусу.

Мясо и 1 луковицу пропустить через мясорубку, посолить, поперчить, хорошо перемешать, залить водой и варить 10 минут.

Картофель очистить, промыть и натереть на терке.

Картофельную массу положить на сито на 10—15 минут, чтобы стекла вся жидкость. Добавить 1/2 стакана муки, соль, перец, все перемешать и пропустить через мясорубку. Получившуюся картофельную лапшу пересыпать оставшейся мукой и заложить в кипящий бульон.

Вторую луковицу нашинковать и обжарить в сливочном масле.

К столу картофельную лапшу подать в бульоне с поджаренным луком.

Суп «Алжир»

2 л овощного бульона, 400 г консервированного инжира, 3 столовые ложки сметаны, 1 пучок зелени, 2 луковицы, 100 г фиников, перец, сахар и соль по вкусу.

Мелко нарубить зелень и лук. Поставить на огонь бульон, положите в него инжир, лук, зелень, сахар, перец и соль. Довести до кипения и варить на медленном огне 30 минут. Добавить сметану. Варить суп на медленном огне еще 10 минут. Перед подачей к столу положить в него свежие финики.

Суп-пюре с куриной ветчиной

2 л мясного бульона, 300 г куриной ветчины, 3 столовые ложки томатной пасты, 4 яйца, 2 среднего размера луковицы, зелень, перец, соль по вкусу.

Лук и ветчину пропустить через мясорубку. Получившийся фарш смешать с яйцами, томатной пастой, измельченной зеленью, залить кипятком, взбить миксером и варить 20 минут. Добавить соль и перец.

Хлебный суп с бараниной

2 л мясного бульона, 2 кг баранины, 300 г белого хлеба, 2 столовые ложки растительного масла, 100 г гранатовых зерен, 1 столовая ложка лимонного сока, 50 г очищенных грецких орехов, специи, соль.

Сварить мясо, нарезать небольшими кусками, обжарить в растительном масле с лимонным соком, опустить в кипящий бульон. Варить на медленном огне 20 минут. Вынуть мясо, охладить, пропустить через мясорубку, смешать с размоченным в бульоне хлебом, гранатовыми зернами и измельченными грецкими орехами. Добавить в фарш немного бульона, перемешать и опустить в кипящий бульон, посолить, положить специи.

Суп подать к столу горячим.

Свекольный суп с бараниной

2 л мясного бульона, 200 г отварной баранины, 1 луковица, 2 свеклы среднего размера, 1 столовая ложка муки, 1 чайная ложка уксуса, 3 столовые ложки растительного масла, 50 г сливочного

масла, перец и соль по вкусу.

Сварить и натереть свеклу. Обжарить нарезанный лук в растительном масле и смешать с ним муку.

В кипящий бульон опустить свеклу и лук. Варить суп 15 минут. Остудить. Взбить миксером. Добавить мелко нарезанную баранину. Еще раз прокипятить. Влить уксус, посолить, поперчить, заправить сливочным маслом. Подать горячим.

Сырный бульон

1 л говяжьего бульона, 4 яичных белка, 200 г тертого сыра, зелень и соль по вкусу.

Взбить миксером белки, добавить соль и тертый сыр. Все положить в бульон и варить 5 минут на сильном огне, непрерывно помешивая.

Готовое блюдо украсить мелко нарезанной зеленью, разлить по чашкам и подать к столу.

Луковая похлебка с помидорами и гречневой крупой

3 л свиного бульона, 3 луковицы, 60 г масла или маргарина, 4 помидора, 1/2 стакана гречневой крупы, 6 клубней картофеля, сметана, зелень и соль.

Измельчить лук, положить его в глубокую сковороду с растопленным маслом или маргарином и поставить жарить. Когда лук приобретет золотистый оттенок, добавить к нему очищенные от кожицы и нарезанные помидоры, накрыть сковороду крышкой и тушить на медленном огне в течение 15 минут.

Пока овощи тушатся, налить в кастрюлю мясной бульон, добавить соль и, поставив на огонь, довести до кипения. Нарезать соломкой картофель, промыть гречневую крупу и положить все в кипящий бульон.

За 5 минут до готовности переложить овощи из сковороды в кастрюлю. Перед подачей к столу посыпать в похлебку рубленой зеленью и заправить сметаной.

Суп с болгарским перцем

2 л куриного бульона, 6 болгарских перцев, 1 стручок острого красного перца, 2 помидора, 6 кусочков черного хлеба, 4 столовые ложки сливочного масла, зелень, 3 – 4 столовые ложки сметаны, соль.

Взять глубокую сковороду, растопить в ней сливочное масло и хорошо обжарить очищенный и измельченный болгарский перец. Помидоры и красный перец мелко нарезать, добавить в сковороду и тушить 10 минут. Затем выложить все в кипящий бульон, посолить и варить 5 – 10 минут.

Готовый суп подать горячим, заправленным сметаной и посыпанным сверху рубленой зеленью. Кусочки хлеба без корочки

обжарить в сливочном масле и подать к супу.

Суп из баклажанов

1 л говяжьего бульона, 2 баклажана, 1 стакан вермута, 1 стакан сметаны, 2 луковицы, 1 зубчик чеснока, 4 столовые ложки растительного масла, 2 столовые ложки сахара, 2 столовые ложки измельченной зелени петрушки, перец, соль.

Баклажаны, лук и чеснок очистить, измельчить, обжарить в растительном масле, переложить в кастрюлю с бульоном, влить вермут, добавить сахар и варить 40 минут. Полученную массу взбить миксером, добавить сметану, довести до кипения, посолить, поперчить, посыпать зеленью петрушки и подать к столу.

Суп с солеными патиссонами

1 л куриного бульона, 1 л воды, 1/2 буханки белого хлеба, 5 – 6 штук небольших соленых патиссонов, 2 яйца, 1 луковица, 1 зубчик чеснока, 50 г сыра, 1/2 стакана сметаны, 1 столовая ложка подсолнечного масла, молотый черный перец, соль.

Развести куриный бульон в горячей воде, посолить, поперчить. Сыр измельчить. Нашинковать лук и чеснок, слегка обжарить на подсолнечном масле, добавить мелко нарезанные хлеб и патиссоны, выложить в кастрюлю с бульоном и варить 20 минут.

Взбить яйца, посолить, добавить сыр и перемешать. Полученную массу залить бульоном и варить 3 – 5 минут.

Добавить в готовый суп сметану.

Хлебный суп с миндалем

1 л мясного бульона, 300 г фарша из копченого мяса индейки, 2 сваренных вкрутую яйца, 50 г очищенного и измельченного миндаля, 1 столовая ложка натертого сухого черного хлеба, соль, перец.

Налить в кастрюлю 1/2 л мясного бульона, добавить фарш индейки, посолить, поперчить, перемешать и тщательно взбить миксером до пюреобразного состояния. Добавить растертые с хлебом яйца и миндаль. Залить получившуюся массу оставшимся бульоном, довести до кипения и варить 2 минуты.

Суп подать к столу горячим.

Ямайская кухня

Устричный суп

18 свежих устриц, 2 стакана рыбного бульона, 1 стакан сливок, 1 луковица, 1/2 стакана сухого белого вина, 1 столовая ложка сливочного масла, 1 чайная ложка лимонного сока, 1/4 чайной ложки молотого белого перца, соль по вкусу, 2 стебля лука-порея.

Раковины устриц вскрыть, слить устричную жидкость, устрицы мелко нарубить.

Лук нарезать кубиками, пассеровать в сливочном масле, залить белым вином, тушить на слабом огне несколько минут. Затем переложить в кастрюлю, добавить рыбный бульон, довести до кипения, влить сливки, положить нарубленные устрицы и варить на среднем огне 5 минут. После этого суп снять с огня, протереть через сито его ингредиенты, добавить лимонный сок, устричную жидкость, соль и перец.

Готовый суп разлить по тарелкам, украсить нарезанным луком-пореем и подать к столу.

Суп из кислого молока с лисичками

1/2 л воды, 1/2 л кислого молока, 1/2 л сметаны, 350 г лисичек, 2 столовые ложки муки, 1 желток, тмин, уксус, соль и сахар по вкусу.

Грибы очистить, нарезать ломтиками, поместить в кастрюлю, приправить солью и тмином, залить водой и варить 40—45 минут.

Смешать кислое молоко, сметану, муку и желток до получения однородной массы. Добавить смесь в суп за 5 минут до окончания варки.

Готовый суп снять с огня, добавить по вкусу сахар и уксус.

Подать горячим.

Ямайская рыбная похлебка

11/2 л воды, 1 кг рыбы, 4 зеленых банана, 3 головки лука-шалота, 2 клубня картофеля, 2 лимона, 2 зубчика чеснока, 1 веточка тимьяна, черный и красный молотый перец, соль по вкусу.

Рыбу очистить, вымыть и замариновать целиком в лимонном соке. Затем добавить очищенный чеснок, залить водой и варить до готовности. Вынуть рыбу, отделить мясо от костей, нарезать и положить обратно в бульон. Очистить и нарезать картофель и бананы, поместить в кастрюлю с рыбой, добавить тимьян, соль и перец. Довести до кипения и варить 10 минут.

Индонезийская кухня

Индонезийский суп с бамией

1 л воды, 1 вилок капусты, 200 г соленой свинины, 100 г бамии, 1 головка лука-шалота, 1 стручок острого перца, 1/2 клубня батата, молотый черный перец по вкусу.

Капусту, лук-шалот, острый перец, бамию и мясо нарезать, положить в кастрюлю, залить водой и варить до готовности. Вареные овощи вынуть, протереть через сито, смешать с бульоном, добавить нарезанный тонкими ломтиками батат и перец. Варить еще 1 час.

Суп из рубца по-индонезийски

2 л воды, 700 г говядины, 400 г рубца, 2 стакана мясного бульона, 200 г белого редиса, 3 веточки зелени сельдерея, 3 головки лука-шалота, 2 зубчика чеснока, 1 столовая ложка белого уксуса, 1 столовая ложка сливочного масла, молотый имбирь и соль по вкусу.

Лук-шалот почистить, мелко нарезать и обжарить в сливочном масле. Очищенный и промытый рубец отварить до готовности, охладить, нарезать небольшими кусочками. Говядину отварить и нарезать кубиками.

Мясной бульон налить в кастрюлю, добавить имбирь, мелко нарубленный чеснок, соль и уксус, довести до кипения. Положить кусочки мяса и рубца, предварительно очищенный и тонко нарезанный редис и варить 5 – 7 минут.

Подать суп, украсив измельченной зеленью сельдерея и пассерованным луком-шалотом.

Индонезийский пряный суп

11/2 л воды, 400 г говядины, 2 стакана риса, 4 головки лука-шалота, 4 ореха кемири, 2 яйца, 2 зубчика чеснока, 1/2 лимона, по 1 чайной ложке соли и молотого белого перца, по 1/2 чайной ложки куркумы и молотого имбиря.

Шалот и чеснок очистить, растереть в ступке с орехами, солью, перцем, имбирем и куркумой до получения однородной массы. Налить в большую кастрюлю воду, добавить пряную смесь, нарезанное мясо и ломтик лимона. Довести до кипения и варить на небольшом огне до полуготовности. Добавить предварительно промытый, замоченный в воде и растертый рис, довести суп до готовности.

Сварить вкрутую яйца. Готовый суп разлить по тарелкам, украсить рублеными яйцами и ломтиками лимона.